

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

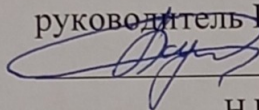
**Министерство образования Саратовской области**

**Управление образования Базарно-Карабулакского района**

**МБОУ "СОШ № 2 р. п. Базарный Карабулак Саратовской области"**

**РАССМОТРЕНО**

руководитель ШМО



Н.В. Бугакова

Протокол № 5  
от «24» 03 2025 г.

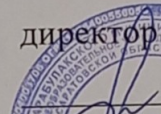
**СОГЛАСОВАНО**

заместитель директора  
по УВР

  
О.Д. Шляпникова

**УТВЕРЖДЕНО**

директор школы

  
М.В. Михайлова

Приказ №143  
от «24» 03 2025 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета «Физическая культура»**

**модуль «Хоккей»**

**для обучающихся 1 – 11 классов**

**Базарный Карабулак 2025**

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА МОДУЛЯ «ХОККЕЙ»

Систематическое обновление содержания общего образования, внедрение новых методов и технологий обучения, в том числе создание условий для обеспечения высокого качества преподавания учебного предмета «Физическая культура», повышения его образовательного, воспитательного и оздоровительного потенциала, являются приоритетными направлениями государственной политики в сфере образования.

Учебный предмет «Физическая культура» представлен на всех уровнях общего образования и является универсальным средством воспитания гармонично развитой и социально ответственной личности. Его содержание направлено на развитие физических качеств и двигательных способностей, совершенствование всех видов физкультурно-спортивной деятельности, формирование культуры здорового образа жизни, национально – культурных ценностей и традиций, обеспечение мотивации и потребности к занятиям физической культурой и спортом.

В настоящее время обновление содержания учебного предмета «Физическая культура» включает развитие и внедрение спортивно-ориентированных форм обучения, реализацию образовательных программ на основе традиционных, прикладных и популярных у обучающихся видов спорта, в том числе хоккея с шайбой.

Хоккей с шайбой (далее – хоккей) является олимпийским видом спорта, широко культивируется во многих странах мира. Хоккей – это командная спортивная игра, в которой противоборствуют две команды, и, передавая шайбу клюшками, стремятся забросить ещё наибольшее количество раз в ворота соперника и не пропустить в свои; в итоге побеждает команда, забросившая наибольшее количество шайб в ворота соперника.

Привлекательность и популярность хоккея связаны с большой зрелищностью, динамизмом, быстрой сменой игровых эпизодов и ситуаций, обилием силовых единоборств, с демонстрацией хоккеистами большого арсенала сложных технико-тактических действий в атаке и обороне, в экстремальных условиях.

В России хоккей имеет обширную географию и пользуется огромной популярностью. В хоккей играют миллионы детей на стадионах, спортивных площадках, во дворах. Массовость хоккея на уровне школьного спорта является основой роста спортивного мастерства. В настоящее время в нашей стране спортивными специалистами создана система подготовки хоккеистов высокой квалификации, которая обеспечивает отечественному хоккею

передовые позиции в мире. Лучшие его представители - многократные чемпионы Европы, мира, Олимпийских игр.

Хоккей является эффективным средством физического воспитания и содействует всестороннему физическому, интеллектуальному, нравственному развитию обучающихся, укреплению здоровья, привлечению школьников к систематическим занятиям физической культурой и спортом, их личностному и профессиональному самоопределению.

Занятия хоккеем для детей и подростков имеют оздоровительную направленность и комплексно воздействию на органы и системы растущего организма, укрепляя и повышая уровень функционирования сердечно-сосудистой, дыхательной, костно-мышечной и других систем организма человека (улучшает кровообращение, увеличивает емкость лёгких, нормализует обмен веществ, повышает тонус нервной системы, увеличивает мышечную массу).

Выполнение сложно координационных, технико-тактических действий в хоккее, связанных с ходьбой, бегом на коньках, борьбой за шайбу, прыжками, быстрым стартом и ускорениями, резкими торможениями и остановками, ударами по шайбе и даже акробатическими приёмами, обеспечивает эффективное развитие физических качеств (быстроты, ловкости, выносливости, силы и гибкости) и двигательных навыков.

Связь скоростных и координационных способностей с умственным развитием положительно влияет на поведение и успеваемость обучающихся. Также занятия хоккеем полезны для укрепления здоровья, так как являются профилактикой гиподинамии и формируют привычку к здоровому, безопасному образу жизни, правомерному поведению и существованию в социуме.

Постоянное и внезапное изменение игровых ситуаций требует собранности, внимания, умения быстро оценить обстановку и принять рациональное решение. Эта составляющая игровой деятельности способствует воспитанию у обучающихся координационных качеств, пространственной и временной ориентировки, распределенного внимания, периферического зрения.

Тактика хоккея предполагает единство коллективных и индивидуальных действий. Коллективная деятельность требует от обучающихся активных двигательных действий, выполнение которых зависит от их творчества и инициативы. В то же время каждый обучающийся выстраивает собственный стиль деятельности и поведения на основе существующих правил, индивидуальных и коллективных занятий, что способствует раскрытию творческих способностей и их разумному использованию как в ходе игровой деятельности, так и в различных жизненных ситуациях. Это свидетельствует о больших возможностях хоккея как мощного средства воспитания таких важных качеств, как мышление, коллективизм, товарищество.

Для развития личностных качеств, обучающихся психологи рекомендуют занятия командными видами спорта. Хоккей, как средство воспитания, располагает к этому и формирует у занимающихся чувство патриотизма, нравственные качества (честность, доброжелательность, дисциплинированность, самообладание, терпимость, коллективизм) в сочетании с волевыми качествами (смелость, решительность, инициатива, трудолюбие, настойчивость и целеустремленность, а также развитие способности управлять своими эмоциями).

Таким образом, хоккей, как вид спорта, представляет собой огромный потенциал для использования его характерных особенностей для общего и дополнительного образования, физического воспитания и общего развития обучающихся, и как следствие – подготовки высококвалифицированных спортсменов. Даже если в дальнейшем обучающийся не выберет спортивную карьеру, приобретённые качества будут полезны для достижения высоких результатов не только в спорте, но и в жизни.

**Цель Модуля** - формирование у обучающихся навыков общечеловеческой культуры и социального самоопределения, устойчивой мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья, ведению здорового и безопасного образа жизни через занятия физической культурой и спортом с использованием средств хоккея.

**Задачи Модуля:**

- всестороннее гармоничное развитие детей и подростков, увеличение объёма их двигательной активности;
- укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей их организма, обеспечение культуры безопасного поведения на занятиях по хоккею;

— освоение знаний о физической культуре и спорте в целом, истории развития хоккея в частности;

— формирование общих представлений о хоккее, о его возможностях и значении в процессе укрепления здоровья, физическом развитии и физической подготовке обучающихся;

— формирование образовательного фундамента, основанного как на знаниях и умениях в области физической культуры и спорта, так и на соответствующем культурном уровне развития личности обучающегося, создающем необходимые предпосылки для его самореализации;

— формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами вида спорта «Хоккей»;

— воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в образовательной и соревновательной деятельности;

— развитие положительной мотивации и устойчивого учебно-познавательного интереса к предмету «Физическая культура»; удовлетворение индивидуальных потребностей, обучающихся в занятиях физической культурой и спортом средствами хоккея;

— популяризация хоккея среди подрастающего поколения, привлечение обучающихся, проявляющих повышенный интерес и способности к занятиям хоккеем, в школьные спортивные клубы, секции, к участию в соревнованиях;

— выявление, развитие и поддержка одарённых детей в области спорта.

**Преимущество Модуля** состоит в том, что используемые в образовательной деятельности технологии хоккея решают комплекс основных задач физического воспитания на всех уровнях общего образования:

создают оптимальные условия развития личности, обеспечивают гибкость и вариативность содержания образовательной деятельности в соответствии с индивидуальными особенностями и потребностям обучающихся;

являются действенным средством укрепления здоровья детей и подростков в общеобразовательной организации;

формируют навыки собственной безопасности и культуры поведения при занятиях физической культурой и спортом;

обеспечивают развитие ведущих физических качеств и функциональных систем организма за счёт многофункциональности игровой деятельности;

расширяют принцип возможности интеграции уроков физической культуры с формами дополнительного физкультурного образования на основе хоккея;

являются действенным средством подготовки обучающихся к сдаче норм ВФСК «Готов к труду и обороне» (ГТО) и подготовки юношей к службе в Вооруженных Силах Российской Федерации.

В содержании Модуля специфика хоккея сочетается практически со всеми базовыми видами спорта, входящими в учебный предмет «Физическая культура» в общеобразовательной организации (легкая атлетика, гимнастика, спортивные игры и т.д.), предполагая доступность освоения учебного материала всем возрастным категориям обучающихся независимо от уровня их физического развития и принадлежности к полу.

Многообразие форм движений, в том числе и сложно-координационных, способствует воспитанию основных физических качеств - быстроты, ловкости, гибкости, что является благоприятным для детей младшего школьного возраста.

В настоящее время набирает популярность женский хоккей, в связи с этим Модуль могут осваивать не только мальчики/юноши, но и девочки/девушки.

Модуль «Хоккей» разработан в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – Закон), который действует в интересах обучающихся образовательных организаций и утверждает:

- право образовательных организаций на самостоятельность в осуществлении образовательной деятельности и свободе в определении содержания образования, разработке и утверждении своих образовательных программ, выборе учебно-методического обеспечения, образовательных технологий по реализуемым ими образовательным программам (п. 1, п. 2, п. 6 п.3 ст.28 Закона);

- право педагогических работников на свободу выбора и использования педагогически обоснованных форм, средств, методов обучения и воспитания, а также право на творческую инициативу, разработку и применение авторских программ и методов обучения и воспитания в пределах реализуемой образовательной программы, отдельного учебного предмета, курса, дисциплины (модуля) (п.п.2 и 3 п. 3 ст. 47 Закона).

Модуль учитывает федеральные государственные образовательные стандарты начального общего образования, основного общего образования, среднего общего образования, а также направлен на реализацию цели и задач Концепции преподавания учебного предмета «Физическая культура» в МБОУ «СОШ №2 р.п. Базарный Карабулак Саратовской области».

### **Место модуля хоккей в учебном плане:**

Модуль реализовывается на уроках физической культуры в 1 – 4-х, 5 – 9 и 10 – 11 классах МБОУ «СОШ №2 р.п. Базарный Карабулак Саратовской области» в рамках рабочей программы по предмету «Физическая культура», являющейся обязательным компонентом содержательного раздела основной образовательной программы.

При планировании занятий хоккеем в рамках третьего часа урока физической культуры, изучение теоретических знаний и освоение базовых элементов техники хоккея предполагается в следующем объеме:

в 1 классе – 33 часа, в 2-4-х классах – 102 часа, в 5 - 9-х классах – 170 часов, в 10-11 классах – 68 часов (всего 373 часа).

Содержание Модуля расширяет и дополняет компетенции обучающихся, полученные в результате освоения программы учебного предмета «Физическая культура» образовательных организаций, реализующих основные общеобразовательные программы, в части планирования учебного материала по теоретической подготовке обучающихся по разделу «Знания по физической культуре и спорту на основе хоккея в каждом году обучения и формированию новых двигательных действий средствами хоккея, их использования в прикладных целях для увеличения двигательной активности и оздоровления в повседневной жизни.

Предлагаемый Модуль можно успешно интегрировать со следующими разделами (модулями) программы «Знания о физической культуре», «Способы физкультурной деятельности», «Физическое совершенствование».

Интеграция Модуля поможет обучающимся в освоении содержательных компонентов и модулей по легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, гимнастике, самбо, а также подготовке и проведению соревновательных мероприятий.

Учитель физической культуры имеет возможность вариативно использовать учебный материал по хоккею в разных частях урока по физической культуре с выбором различных технических элементов хоккея с учётом возраста и физической подготовленности обучающихся (с соответствующей дозировкой и интенсивностью).

## **I. ПЛАНИРУЕМЫЕ ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ МОДУЛЯ «ХОККЕЙ»**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основных образовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования Федеральных государственных образовательных стандартов (Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 N 286 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования" (Зарегистрировано в Минюсте России 05.07.2021 N 64100), Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 N 287 (ред. от 22.01.2024) "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования" (Зарегистрировано в Минюсте России 05.07.2021 N 64101), приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. N 413. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования. (в ред. Приказов Минобрнауки РФ от 29.12.2014 N 1645, от 31.12.2015 N 1578, от 29.06.2017 N 613, Минпросвещения РФ от 24.09.2020 N 519, от 11.12.2020 N 712, от 12.08.2022 N 732, от 27.12.2023 N 1028). Модуль «Хоккей» направлен на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты формируются за счёт освоения Модуля и направлены на готовность и способность обучающихся к духовно-нравственному развитию и саморазвитию и личностному самоопределению, формированию основ гражданственности, мотивации к обучению и познанию средствами хоккея, накоплению необходимых знаний, ценностных установок, отражающих их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества.

Метапредметные результаты включают сформированные на базе освоения Модуля, в единстве с программным материалом других

образовательных дисциплин, межпредметные понятия и универсальные компетенции для их активного применения в учебной, познавательной и социальной практике, самостоятельность планирования и осуществления учебной деятельности, сотрудничества с педагогами и сверстниками, построение индивидуальной образовательной траектории.

Предметные результаты характеризуют опыт обучающихся, который приобретается, закрепляется и совершенствуется в процессе освоения Модуля, проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий средствами хоккея, с учебной, игровой и соревновательной деятельностью по хоккею и в сфере физической культуры и спорта в целом.

Планируемые личностные результаты *на уровне начального общего образования:*

проявление чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России через достижения отечественной сборной команды страны на мировых первенствах, Чемпионатах Европы, Олимпийских играх;

проявление уважительного отношения к сверстникам, культуры общения и взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности на принципах доброжелательности и взаимопомощи;

проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

способность принимать и осваивать социальную роль обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности, стремление к познанию и творчеству, эстетическим потребностям; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов;

понимание установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Планируемые метапредметные результаты *на уровне начального общего образования:*

овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной

деятельности, поиска средств и способов её осуществления;

умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия, собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения, определять наиболее эффективные способы достижения результата;

умение характеризовать действия и поступки, давать им анализ и объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; понимание причин успеха/неуспеха учебной деятельности и способность конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций в учебной, игровой и соревновательной деятельности; адекватная оценка собственного поведения и поведения окружающих;

обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

организация самостоятельной деятельности с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

способность выделять и обосновывать эстетические признаки в физических упражнениях, двигательных действиях; оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами.

Планируемые предметные результаты *на уровне начального общего образования:*

формирование представлений о значении занятий хоккеем как средством укрепления здоровья, закаливания и развития физических качеств человека;

формирование знаний по истории возникновения игры в хоккей, достижениях отечественной сборной команды страны на мировых первенствах, Чемпионатах Европы, Олимпийских играх;

формирование представлений о разновидностях хоккея и основных правилах игры в хоккей с шайбой; составе хоккейной команды, роль капитана команды и функциях игроков в команде (форвард (нападающий), защитник, голкипер (вратарь));

характеристика упражнений и комплексов упражнений: общефизической, корригирующей направленности; подготовительного, специального воздействия для занятий хоккеем; для развития физических качеств и двигательных способностей; индивидуальных технических элементов хоккея, методики их выполнения;

формирование навыков безопасного поведения во время занятий хоккеем; правил личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви, спортивному инвентарю для занятий хоккеем;

формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями физического развития и основных физических качеств;

формирование основ организации самостоятельных занятий хоккеем со сверстниками; организация и проведение со сверстниками подвижных игр специальной направленности с элементами хоккея;

способность составлять и выполнять комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений; упражнений на развитие быстроты, ловкости, гибкости; упражнений для укрепления голеностопных суставов;

способность выполнять подготовительные и специальные упражнения хоккеиста в т. ч. имитационные упражнения хоккеиста (в зале, на катке); технические элементы хоккея в передвижении на коньках: бег, повороты, торможения и остановки, старты, прыжки;

демонстрировать свободное передвижение на коньках по площадке с использованием различных видов перемещений;

способность выполнять технические элементы хоккея владения клюшкой и шайбой (ведение, передачи, броски, удары, остановки, прием); основные способы держания клюшки (хваты) и простые тактические действия (индивидуальные и групповые); простые технические действия вратаря: основная стойка, передвижение, ловля и отбивание шайбы;

способность анализировать выполнение технического действия (приема) и находить способы устранения ошибок;

участие в учебных играх в уменьшенных составах, на уменьшенной площадке, по упрощенным правилам;

выполнение контрольно-тестовых упражнений по общей и специальной физической подготовке и оценка показателей физической подготовленности;

демонстрация во время учебной и игровой деятельности волевых, социальных качества личности, организованности, ответственности;

проявление уважительного отношения к одноклассникам, проявление культуры общения и взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей в учебной и игровой деятельности на занятиях хоккеем.

Планируемые личностные результаты *на уровне основного общего образования:*

воспитание патриотизма, уважения к Отечеству через знание истории и современного состояния развития хоккея, включая региональный, всероссийский и международный уровни;

формирование готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию, мотивации и осознанному выбору индивидуальной траектории образования средствами хоккея профессиональных предпочтений в области физической культуры и спорта;

формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения в команде, со сверстниками и педагогами;

владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;

формирование нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; моральной компетентности в решении проблем в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности по хоккею;

формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в учебной, соревновательной, досуговой деятельности и чрезвычайных ситуациях;

Планируемые метапредметные результаты *на уровне основного общего образования:*

умение самостоятельно определять цели своего обучения средствами хоккея, ставить и формулировать для себя новые задачи в обучении, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности в физкультурно-спортивном направлении;

умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения задач в учебной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности, оценивать правильность выполнения задач, собственные возможности их решения;

умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результатов в учебной, игровой и соревновательной деятельности, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований,

корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

умение создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот; схемы для тактических, игровых задач;

умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

формирование компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий; соблюдение норм информационной избирательности, этики и этикета.

Планируемые предметные результаты *на уровне основного общего образования:*

понимание роли и значения занятий хоккеем в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

знание роли главных хоккейных организаций регионального, всероссийского и мирового уровней, общих сведений о развитии отечественных и зарубежных хоккейных клубов, игроках ведущих хоккейных клубов региона и Российской Федерации, принесших славу российскому хоккею;

знание правил соревнований по виду спорта хоккей; знания состава судейской коллегии, обслуживающей соревнования по хоккею и основных функций судей, жестов судьи; применение и соблюдение правил игры в хоккей в процессе учебной и соревновательной деятельности, правил соревнований и судейской терминологии в игре;

умение классифицировать: физические упражнения и использовать правила подбора физических упражнений для развития физических качеств хоккеиста; общеподготовительные и специально-подготовительные упражнения, формирующие двигательные умения и навыки технических и тактических действий хоккеиста, определять их эффективность;

описание и демонстрация правильной техники выполнения общеподготовительных и специально-подготовительных упражнений в хоккее;

знание определений тактической и технической подготовки хоккеиста; описание тактических и технических элементов игры в хоккей; характеристика и владение методикой технических и тактических элементов хоккея, их применение их в учебных, игровых заданиях;

применение техники владения клюшкой и шайбой (ведение, обводка, финты, бросок, удары, остановка, отбор) в игровых ситуациях;

выполнение комплекса приемов техники по передвижению хоккеистов на коньках, направленный на совершенствование скоростного маневрирования, перехватов шайбы различным способом в игре хоккей;

применение групповых тактических действий (переключение, взаимодействие защитников с вратарем, оборонительные системы и др) в игровой и соревновательной деятельности;

умение характеризовать амплуа полевых игроков при игре в хоккей; определять амплуа игроков и выбирать позицию игроков в зависимости от игровой ситуации;

умение демонстрировать атакующие действия с шайбой и без шайбы, командные атакующие действия и способы атаки и контратаки в хоккее, тактические комбинации при различных игровых ситуациях;

умение отслеживать правильность двигательных действий и выявлять ошибки в технике владения клюшкой и шайбой (ведение, обводка, финты, бросок, удары, остановка, отбор) и ошибки в технике передвижения на коньках различным способом;

знание и соблюдение правил безопасного, правомерного поведения во время соревнований по хоккею в качестве зрителя, болельщика (фаната);

характеристика внешних признаков утомления. Осуществление самоконтроля и применение средств восстановления организма после физической нагрузки на занятиях хоккеем; способность применять самоконтроль в учебной и соревновательной деятельности;

соблюдение правил личной гигиены и ухода за хоккейным спортивным инвентарем и оборудованием; подбора спортивной одежды и обуви для занятий хоккеем;

способность организовывать самостоятельные занятия с использованием средств хоккея, подбирать упражнения различной направленности, режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;

знание контрольных упражнений для определения уровня физической подготовленности хоккеиста, умение проводить тестирование уровня физической подготовленности юного хоккеиста, сравнивать свои результаты с результатами других обучающихся;

взаимодействие в коллективе сверстников при выполнении групповых упражнений тактического характера, проявление толерантности во время учебной и соревновательной деятельности.

Планируемые личностные результаты *на уровне среднего общего образования:*

патриотизм, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, его защите на примере роли, традиций и развития хоккея в современном обществе, в Российской Федерации, в регионе;

сформированность основ саморазвития и самовоспитания через ценности, традиции и идеалы главных хоккейных организаций регионального, всероссийского и мирового уровней, отечественных и зарубежных хоккейных клубов;

сформированность основных норм морали, духовно-нравственной культуры и ценностного отношения к физической культуре, как неотъемлемой части общечеловеческой культуры средствами хоккея;

сформированность толерантного сознания и поведения, способность вести диалог с другими людьми, достигать в нём взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения в учебной, игровой и соревновательной деятельности;

навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в учебной, игровой, досуговой и соревновательной деятельности, судейской практике; способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности средствами хоккея;

осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов средствами хоккея как условие успешной профессиональной, спортивной и общественной деятельности;

реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков; умение оказывать первую помощь.

Планируемые метапредметные результаты *на уровне среднего общего образования:*

умение самостоятельно определять цели и составлять планы в рамках физкультурно-спортивной деятельности; выбирать успешную стратегию и

тактику в различных ситуациях; осуществлять, контролировать и корректировать учебную, игровую и соревновательную деятельность по хоккею;

умение эффективно взаимодействовать и разрешать конфликты в процессе игровой, соревновательной деятельности, судейской практики, учитывать позиции других участников деятельности;

умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию и тактику поведения в игровой, соревновательной и досуговой деятельности, судейской практике с учётом гражданских и нравственных ценностей;

способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, умение ориентироваться в различных источниках информации с соблюдением правовых и этических норм, норм информационной безопасности;

Планируемые предметные результаты *на уровне среднего общего образования:*

знание истории развития современного хоккея, традиций клубного хоккейного движения в мире, в Российской Федерации, в регионе, легендарных отечественных и зарубежных хоккеистов и тренеров, принесших славу российскому и мировому хоккею;

характеристика роли и основных функций главных хоккейных организаций/федераций (международные, российские), осуществляющих управление хоккеем;

умение анализировать результаты соревнований, входящих в официальный календарь соревнований (международных, всероссийских, региональных);

понимание роли занятий хоккеем как средства укрепления здоровья, повышения функциональных возможностей основных систем организма и развития физических качеств; характеристика способов повышения основных систем организма и развития физических качеств;

использование навыков: организации и проведения самостоятельных занятий по хоккею, составления индивидуальных планов, включая способы самостоятельного освоения двигательных действий, подбор подводящих, подготовительных и специальных упражнений; самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности; применение средств восстановления организма после физической нагрузки на занятиях хоккеем в учебной и соревновательной деятельности;

знание и применение основ формирования сбалансированного питания

хоккеиста;

подбор, составление и выполнение упражнений с учетом их классификации для составления комплексов, в том числе индивидуальных, различной направленности;

использование правил подбора физических упражнений для развития физических качеств хоккеиста; специально-подготовительных упражнений, формирующих двигательные умения и навыки технических и тактических действий хоккеиста, определение их эффективности;

знание техники выполнения и демонстрация правильной техники и выполнения упражнения для развития физических качеств хоккеиста, умение выявлять и устранять ошибки при выполнении упражнений;

классификация техники и тактики игры в хоккей, технических и тактических элементов хоккея. применение и владение техническими и тактическими элементами в игровых заданиях и соревнованиях;

выполнение командных атакующих действий и способов атаки и контратаки в хоккее, тактических комбинаций при различных игровых ситуациях;

выявление ошибок в технике выполнения упражнений, формирующих двигательные умения и навыки технических и тактических действий хоккеиста;

демонстрация совершенствования техники передвижения на коньках, техники владения клюшкой и шайбой, техники игры вратаря, индивидуальных, групповых и командных тактических действий;

осуществление соревновательной деятельности в соответствии с правилами игры в хоккей; судейской практики;

определение признаков положительного влияния занятий хоккеем на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;

соблюдение требований безопасности при организации занятий хоккеем, знание правил оказания первой помощи при травмах и ушибах во время занятий физическими упражнениями, и хоккеем в частности;

использование занятий хоккеем для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;

проведение тестирования уровня физической подготовленности хоккеистов, характеристика основных показателей развития физических качеств и состояния здоровья, сравнение своих результатов выполнения контрольных упражнений с эталонными результатами;

ведение дневника по физкультурной деятельности, включая оформление планов проведения самостоятельных занятий с физическими упражнениями

разной функциональной направленностью, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;

способность проводить самостоятельные занятия по хоккею по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий;

знание и применение способов и методов профилактики пагубных привычек, асоциального и созависимого поведения, знание понятий «допинг» и «антидопинг».

## **II. СОДЕРЖАНИЕ МОДУЛЯ «ХОККЕЙ»**

### ***Раздел 1. Знания о хоккее.***

История зарождения хоккея. История развития современного хоккея в мире, в Российской Федерации, в регионе. Развитие хоккейного клубного движения на международном и всероссийском уровнях. Хоккейные клубы, их история и традиции. Легендарные отечественные хоккеисты и тренеры. Достижения отечественной сборной команды страны на Чемпионатах Европы, мировых первенствах, Олимпийских играх. Выдающиеся хоккеисты мира. Роль хоккея в современном обществе. Главные хоккейные организации/федерации (международные, российские), осуществляющие управление хоккеем, их роль и основные функции.

Разновидности хоккея. Правила соревнований игры в хоккей. Хоккейный словарь терминов и определений. Размеры хоккейной ледовой площадки, ее допустимые размеры. Состав команды. Функции игроков в команде (форвард (нападающий), защитник, голкипер (вратарь)). Роль капитана команды.

Судейская коллегия, обслуживающая соревнования (функции). Жесты судьи. Официальный календарь соревнований (международных, всероссийских, региональных).

Понятия и характеристика технических элементов хоккея, их название и методика выполнения. Характеристика тактики хоккея и ее компонентов.

Занятия хоккеем как средство укрепления здоровья, повышения функциональных возможностей основных систем организма и развития физических качеств. Правила подбора физических упражнений хоккеиста. Комплексы упражнений для развития физических качеств хоккеиста. Здоровье формирующие факторы и средства.

Влияние занятий хоккеем на формирование положительных качеств личности человека (воли, смелости, трудолюбия, честности, сознательности, выдержки, решительности, настойчивости, этических норм поведения).

Требования безопасности при организации занятий хоккеем, в том числе самостоятельных. Форма и экипировка занимающегося хоккеем. Гигиена и самоконтроль при занятиях хоккеем.

## ***Раздел 2. Способы физкультурной деятельности***

Правила безопасного, правомерного поведения во время соревнований по хоккею в качестве зрителя, болельщика (фаната).

Самоконтроль и его роль в учебной и соревновательной деятельности. Первые внешние признаки утомления. Средства восстановления организма после физической нагрузки.

Гигиенические основы образовательной и досуговой двигательной деятельности (режим труда и отдыха). Режим дня юного хоккеиста. Правила личной гигиены, требования к спортивной одежде и обуви для занятий хоккеем. Правильное сбалансированное питание хоккеиста. Характерные травмы хоккеистов и мероприятия по их предупреждению.

Подготовка места занятий, выбор одежды и обуви для занятий хоккеем (экипировка). Правила ухода за спортивным инвентарем и оборудованием.

Организация и проведение самостоятельных занятий по хоккею. Организация и проведение подвижных игр с элементами хоккея во время активного отдыха и каникул.

Классификация физических упражнений: подготовительные, общеразвивающие, специальные и корригирующие. Составление индивидуальных комплексов упражнений различной направленности. Способы самостоятельного освоения двигательных действий, подбор подводящих, подготовительных и специальных упражнений. Способы планирования и распределения занятий технической подготовки по хоккею.

Оценка техники осваиваемых упражнений и движений по эталонному образцу внутренним ощущениям, способы выявления и исправления технических ошибок. Составление планов и самостоятельное проведение занятий по хоккею. Тестирование уровня физической подготовленности в хоккее. Дневник самонаблюдения за показателями развития физических качеств и состояния здоровья. Способы и методы профилактики пагубных привычек, асоциального и созависимого поведения. Антидопинговое поведение.

## ***Раздел 3. Физическое совершенствование***

Подвижные игры, эстафеты и комплексы на развитие физических качеств (ловкости, гибкости, силы, выносливости, быстроты и скоростных способностей).

Комплексы упражнений формирующие двигательные умения и навыки и технических действий хоккеиста:

общеподготовительные упражнения (ОРУ; упражнения со снарядами; на снарядах из других видов спорта (легкая атлетика, гимнастика);

специально-подготовительных (имитационные, в т.ч. прыжковые; упражнения на специальных тренажерах; модернизированные спортивные игры (элементы баскетбола, гандбола, футбола, флорбола) проводимые с учетом хоккейной специализации; основные (соревновательные упражнения (броски шайб, ведение, передачи, бег на коньках, силовые единоборства, игровые упражнения (3х0, 3х1, 3х2, 3х3, 2х3, 5х0, 5х3, 5х4 и др.), двусторонние игры.

Комплексы корригирующей гимнастики с использованием специальных хоккейных упражнений. Разминка и её роль в уроке физической культуры.

Комплексы специальной разминки перед соревнованиями.

Подвижные игры (без мяча и с мячом), эстафеты с учетом хоккейной специализации.

Индивидуальные технические действия передвижения на коньках: бег скользящими, короткими, скрестными шагами, спиной вперед; повороты скрестными шагами, переступанием, не отрывая коньков ото льда, толчком одной ноги, прыжком; торможение и остановки с поворотом на 90 гр. на двух ногах, на одной, «полуплугом» и «плугом»; старты лицом, боком вперед, с предварительным поворотом; прыжки толчком, одной, двумя ногами.

Технические действия владения клюшкой и шайбой: ведение, броски и удары, передачи, приём и остановки, обводка, финты, отбор, вбрасывание.

Технические действия вратаря: основная стойка, передвижение, ловля и отбивание шайбы.

Тактические действия (индивидуальные и групповые): тактика атаки, тактика обороны, тактика игры в неравенстве, тактика при вбрасывании; тактические действия с учетом игровых амплуа в команде; быстрые переключения в действиях - от нападения к защите и от защиты к нападению. Тактические взаимодействия: в парах, тройках, группах.

Учебные игры в хоккей. Участие в соревновательной деятельности.

### III. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ МОДУЛЯ «ХОККЕЙ»

#### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ МОДУЛЯ «ХОККЕЙ» НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

| Тематическое планирование                                                                                     | Характеристика и деятельность обучающихся                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Раздел. 1. Знания о хоккее (1-4 класс)</b>                                                                 |                                                                                                                                                                                                      |
| История зарождения хоккея                                                                                     | <i>Знать и пересказывать</i> факты истории зарождения хоккея.                                                                                                                                        |
| Легендарные отечественные хоккеисты и тренеры                                                                 | <i>Приводить примеры</i> легендарных отечественных хоккеистов и тренеров. <i>Характеризовать</i> их вклад в развитие хоккея.                                                                         |
| Достижения отечественной сборной команды страны на мировых первенствах, Чемпионатах Европы, Олимпийских играх | <i>Интересоваться</i> достижениями отечественной сборной команды страны на соревнованиях различного уровня, аргументированно <i>принимать участие</i> в обсуждении успехов и неудач сборной команды. |
| Разновидности хоккея                                                                                          | <i>Знать и различать</i> направления, виды хоккея. <i>Определять</i> их сходство и различия.                                                                                                         |
| Основные правила соревнований игры в хоккей с шайбой                                                          | <i>Излагать</i> общие правила игры в хоккей с шайбой. <i>Характеризовать</i> первые хоккейные правила, <i>выявлять</i> сходство и различия с современными правилами игры в хоккей                    |
| Хоккейный словарь терминов и определений                                                                      | <i>Знать, понимать, применять</i> хоккейные термины и определения в образовательной, тренировочной, игровой деятельности                                                                             |
| Размеры хоккейной ледовой площадки, ее допустимые размеры; инвентарь и оборудование для игры в хоккей         | <i>Знать</i> размеры хоккейной ледовой площадки, ее допустимые размеры; инвентарь и оборудование для занятий хоккеем                                                                                 |
| Состав команды. Функции игроков в команде (форвард (нападающий),                                              | <i>Знать</i> численный состав хоккейной команды. <i>Знать и характеризовать</i>                                                                                                                      |
| Тематическое планирование                                                                                     | Характеристика и деятельность обучающихся                                                                                                                                                            |

|                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                               | <b>обучающихся</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| защитник, голкипер (вратарь).<br>Роль капитана команды.                                                                                                                                                                                       | функции игроков в команде (форвард (нападающий), защитник, голкипер (вратарь)). <i>Объяснять</i> отличия индивидуальных игровых амплуа в хоккее.<br><i>Обосновывать</i> роль капитана команды.                                                                                                    |
| Судейская коллегия.<br>обслуживающая соревнования по хоккею. Жесты судьи.                                                                                                                                                                     | <i>Знать</i> состав судейской коллегии, обслуживающей соревнования по хоккею и основные функции. <i>Знать</i> и <i>понимать</i> жесты судьи.<br><i>Уметь показывать</i> жесты судьи.                                                                                                              |
| Хоккей как средство укрепления здоровья, закаливания и развития физических качеств                                                                                                                                                            | <i>Раскрывать</i> роль занятий хоккеем для укрепления здоровья, закаливания и развития физических качеств                                                                                                                                                                                         |
| Правила безопасного поведения во время занятий хоккеем.                                                                                                                                                                                       | <i>Знать, рассказывать и соблюдать</i> правила техники безопасности во время занятий хоккеем.                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Раздел 2. Способы физкультурной (двигательной) деятельности</b>                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Первые внешние признаки утомления. Способы самоконтроля за физической нагрузкой.                                                                                                                                                              | <i>Знать и определять</i> внешние признаки утомления.<br><i>Измерять</i> ее разными способами и <i>уметь</i> ее регулировать.                                                                                                                                                                     |
| Уход за хоккейным спортивным инвентарем и оборудованием.                                                                                                                                                                                      | <i>Знать</i> и <i>соблюдать</i> правила ухода за спортивным хоккейным инвентарем, оборудованием.                                                                                                                                                                                                  |
| Соблюдение личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви для занятий хоккеем                                                                                                                                                         | <i>Знать и соблюдать</i> правила личной гигиены при занятиях хоккеем.                                                                                                                                                                                                                             |
| Составление комплексов различной направленности:<br>утренней гигиенической гимнастики, корригирующей гимнастики с элементами хоккея; дыхательной гимнастики, упражнений для глаз, упражнений формирования осанки и профилактики плоскостопия, | <i>Знать, составлять и осваивать</i> самостоятельно упражнения и комплексы утренней гигиенической гимнастики, комплексы дыхательной гимнастики, упражнений для глаз, комплексы для формирования осанки, укрепления голеностопных суставов; профилактики плоскостопия, развития физических качеств |
| <b>Тематическое планирование</b>                                                                                                                                                                                                              | <b>Характеристика и деятельность обучающихся</b>                                                                                                                                                                                                                                                  |

|                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| упражнений для развития физических качеств; упражнений для укрепления голеностопных суставов                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Составление и проведение комплексов общеразвивающих упражнений                                                          | <i>Отбирать упражнения, определять их дозировку, самостоятельно применять на занятиях хоккеем и досуговой деятельности. Составлять самостоятельно комплексы из них, демонстрировать их выполнение на занятиях физической культурой, использовать во время самостоятельных занятий хоккеем.</i>                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Подвижные игры и правила их проведения.<br>Организация и проведение игр специальной направленности с элементами хоккея. | <i>Организовывать и проводить подвижные игры.<br/>Выполнять игровые задания с клюшкой, шайбой/мячом.<br/>Моделировать игровые ситуации в нападении (атаке) и защите.<br/>Подготавливать площадки для проведения подвижных игр.<br/>Проявлять самостоятельность в организации подвижных игр в том числе специальной направленности с элементами хоккея.<br/>Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.<br/>Проявлять коммуникативные качества, демонстрировать стремление к победе, уважительно относиться к соперникам.<br/>Соблюдать правила подвижных игр.</i> |
| Основы организации самостоятельных занятий хоккеем со сверстниками                                                      | <i>Знать и составлять (совместно с учителем) плана самостоятельных занятий хоккеем с учетом индивидуальных показаний здоровья и физического развития, двигательной (технической) и физической подготовленностью.</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Тематическое планирование</b>                                                                                        | <b>Характеристика и деятельность обучающихся</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                                                                         | <i>Готовить места для проведения учебных</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

|                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                          | занятий. <i>Применять</i> знания в самостоятельном выборе места для игр досуговой деятельности с элементами футбола.                                                                                                                                                                                         |
| Контрольно-тестовые упражнения по общей и специальной физической подготовке              | <i>Характеризовать</i> показатели физической подготовки (общей и специальной). <i>Знать и выполнять</i> контрольно-тестовые упражнения по общей и специальной физической подготовке.<br><i>Проявлять</i> физические качества.<br><i>Оценивать</i> показатели физической подготовленности.                    |
| Причины возникновения ошибок при выполнении технических приёмов и способы их устранения. | <i>Понимать</i> сущность возникновения ошибок в двигательной (технической) деятельности при выполнении технических элементов хоккея. <i>Анализировать</i> выполненное техническое действие (прием) и <i>находить</i> способы устранения ошибок.                                                              |
| Основы анализа собственной игры, игры своей команды и игры команды соперников.           | <i>Понимать</i> составляющие успеха/ неуспеха игровой (соревновательной) деятельности. <i>Проводить</i> анализ (с помощью учителя) собственной игры, игры своей команды и игры команды соперников. <i>Выделять</i> слабые и сильные стороны игры, <i>делать</i> выводы.                                      |
| <b>Раздел 3. Физическое совершенствование</b>                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений                                     | <i>Демонстрировать</i> комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений, в т.ч. для укрепления голеностопных суставов; Соблюдать последовательность выполнения упражнений и заданную дозировку.<br><i>Отбирать, составлять и применять</i> комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений во время |
| <b>Тематическое планирование</b>                                                         | <b>Характеристика и деятельность обучающихся</b>                                                                                                                                                                                                                                                             |
|                                                                                          | занятий хоккеем, в том числе во время досуговой деятельности и самостоятельных                                                                                                                                                                                                                               |

|                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                               | занятий                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Упражнения на развитие физических качеств (быстроты, ловкости, гибкости)                                                                      | <p><i>Характеризовать и определять направленность упражнений на развитие физических качеств (быстроты, ловкости, гибкости).</i></p> <p><i>Демонстрировать упражнения на развитие физических качеств (быстроты, ловкости, гибкости).</i></p> <p><i>Применять упражнения на развитие физических качеств (быстроты, ловкости, гибкости) во время досуговой деятельности и самостоятельных занятий хоккеем.</i></p>                                                                                     |
| Комплексы специальных упражнений для формирования технических действий хоккеиста, в т.ч. имитационные упражнения хоккеиста (в зале, на катке) | <p><i>Составлять и демонстрировать комплексы специальных упражнений для формирования технических действий хоккеиста.</i></p> <p><i>Использовать в образовательной, тренировочной и игровой деятельности комплексы специальных упражнений, формирующие технические умения и навыки хоккеиста.</i></p>                                                                                                                                                                                                |
| Разминка, ее роль, назначение, средства.                                                                                                      | <p><i>Определять роль и назначение разминки, различать виды разминки перед занятием, перед соревнованиями.</i></p> <p><i>Характеризовать сходства и различия упражнений, подбирать упражнения и применять их перед занятиями физической культурой и занятиями хоккеем.</i></p> <p><i>Понимать особенности разминки перед соревнованиями по хоккею. Отбирать упражнения, составлять комплекс, осваивать и выполнять разминку из специальных упражнений перед соревновательной деятельностью.</i></p> |
| Комплексы специальной разминки перед соревнованиями по хоккею.                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Тематическое планирование</b>                                                                                                              | <b>Характеристика и деятельность обучающихся</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Комплексы гимнастики с использованием специальных хоккейных                                                                                   | <i>Моделировать комплексы корригирующей гимнастики, включать упражнения с хоккейной клюшкой, специальные</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

|                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| упражнений                                                                                                                           | хоккейные упражнения.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Внешние признаки утомления.<br>Средства восстановления организма после физической нагрузки.                                          | <i>Определять</i> по внешним признакам утомление организма под воздействием физической нагрузки.<br><i>Знать и применять</i> средства восстановления организма после физической нагрузки.<br><i>Оценивать</i> свое состояние после средств восстановления.                                                                                                                                              |
| Способы индивидуального регулирования физической нагрузки с учетом уровня физического развития и функционального состояния организма | <i>Осваивать</i> универсальные умения регулировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении физических упражнений различной интенсивности.<br><i>Измерять</i> показатели физического развития.<br><i>Измерять</i> показатели развития физических качеств.<br><i>Измерять</i> частоту сердечных сокращений.<br><i>Анализировать</i> личные показатели и корректировать нагрузку. |
| Подвижные игры с предметами и без, эстафеты с элементами хоккея.                                                                     | <i>Знать и принимать</i> участие в подвижных играх с предметами и без.<br><i>Соблюдать</i> правила игры, эстафеты.<br><i>Проявлять</i> стремление к победе, умение взаимодействовать в команде, осуществлять поддержку членов своей команды, уважительно относиться к соперникам.<br><i>Проявлять</i> в играх и эстафетах интерес, черты спортивного характера.                                         |
| Подвижные игры: «Кто дальше бросит?», «Попади в цель»,                                                                               | <i>Излагать</i> правила и условия подвижных игр.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Тематическое планирование</b>                                                                                                     | <b>Характеристика и деятельность обучающихся</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| «Пятнашки», «Лиса и куры», «Прыжки по полоскам», «Караси и щуки», «Третий лишний», «Пустое место», «Белые медведи», «Борьба          | <i>Организовывать, проводить и принимать</i> участие в подвижных играх.<br><i>Выполнять</i> игровые задания.<br><i>Моделировать</i> игровые ситуации в атаке и                                                                                                                                                                                                                                          |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| за мяч», «Перетягивание каната», «Вызов», «Гонка мячей по кругу», «Мяч среднему», «Круговая лапта», «Охотники и утки».                                                                                                                                                                                         | защите.<br><i>Проявлять</i> самостоятельность в организации подвижных игр.<br><i>Соблюдать</i> правила подвижных игр.<br><i>Проявлять</i> бойцовский характер, добиваться поставленной цели, демонстрировать нестандартное мышление, оперативное мышление, умение брать ответственность на себя, проявлять лидерские качества.                                                    |
| Подвижные игры, игровые задания для формирования умений и навыков при занятиях хоккеем: «Меткая клюшка», «Игра с мячом», «Игра с шайбами», «Защита крепости», «Взятие города», «Мяч – «печать»», «Салочки», «Салки с шайбой», «Двухсторонний бильярд», «Гонки с шайбой», «Хоккеисты», «Борьба за шайбу» и т.д. | <i>Знать и понимать</i> цели и задачи специальных подвижных игр, формирующих специальные физические качества, технические навыки и умения.<br><i>Участвовать</i> в подвижных играх специальной направленности. <i>Соблюдать</i> правила игр. <i>Соблюдать</i> правила безопасного поведения во время игр.<br><i>Принимать</i> адекватные решения в условиях игровой деятельности. |
| Эстафеты на развитие физических и специальных качеств.                                                                                                                                                                                                                                                         | <i>Принимать</i> участие в эстафетах направленных на развитие физических и специальных качеств. <i>Демонстрировать</i> развитие физических и специальных качеств при выполнении эстафет.                                                                                                                                                                                          |
| Технические элементы хоккея в передвижении на коньках (бег, повороты, торможения и остановки, старты, прыжки):<br><br>Передвижение по резиновой и                                                                                                                                                              | <i>Уметь</i> описывать технику выполнения различных перемещений: бега, поворотов, торможений и остановок, стартов, прыжков.<br><i>Демонстрировать</i> различные виды передвижений: бег, повороты, торможения и остановки, старты, прыжки с изменением                                                                                                                             |
| <b>Тематическое планирование</b>                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Характеристика и деятельность обучающихся</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| уплотненной снежной дорожке;<br>Основная стойка (посадка) хоккеиста;<br>Скольжение на двух коньках с опорой руками на стул;                                                                                                                                                                                    | скорости, темпа и дистанции; с дополнительными заданиями учителя.<br><i>Использовать</i> навыки перемещений в тренировочной, игровой и соревновательной деятельности.                                                                                                                                                                                                             |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Скольжение на двух коньках с попеременным отталкиванием левой и правой ногой;</p> <p>Скольжение на левом коньке после толчка правой ногой и наоборот;</p> <p>Бег скользящими, короткими, шагами, спиной вперед не отрывая коньков ото льда; спиной вперед переступанием ногами;</p> <p>Выпады, глубокие приседания на одной и двух ногах;</p> <p>Падения на колени в движении с последующим быстрым вставанием;</p> <p>Повороты по дуге влево и вправо не отрывая коньков ото льда; по дуге толчками одной (внешней) ноги (переступанием) по дуге переступанием двух ног;</p> <p>Торможение и остановки «полуплугом» и «плугом»;</p> <p>Старт с места лицом вперед; из различных положений с последующими рывками в заданные направления;</p> <p>Прыжки толчком двумя ногами вперед, в сторону.</p> | <p><i>Выявлять</i> характерные ошибки при выполнении различных передвижений, уметь устранять их.</p> <p><i>Соблюдать</i> правила безопасности во время выполнения различных перемещений.</p>                                             |
| <p>Технические элементы хоккея владения клюшкой и шайбой (ведение, передачи, броски, удары, остановки, прием);</p> <p>Основные способы держания</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <p><i>Описывать</i> разучиваемые технические действия и элементы.</p> <p><i>Понимать</i> выполнения технических действий владения клюшкой и шайбой: ведение, передачи, броски, удары,</p>                                                |
| <b>Тематическое планирование</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Характеристика и деятельность обучающихся</b>                                                                                                                                                                                         |
| <p>клюшки (хваты)</p> <p>Ведение шайбы: на месте; широкое в движении с переключением крюка клюшки через шайбу; не отрывая крюка клюшки от шайбы;</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <p>остановки, прием.</p> <p><i>Демонстрировать</i> технические элементы владения клюшкой и шайбой: ведение, передачи, броски, удары, остановки, прием в условиях учебного занятия.</p> <p><i>Моделировать</i> технические действия в</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>толчками вперед;</p> <p>Обводка соперника на месте и в движении; длинная, короткая обводка;</p> <p>Броски шайбы: с длинным разгоном (заметающий); в процессе ведения, обводки и передач шайбы; на точность;</p> <p>Передачи броском, ударом;</p> <p>Удар шайбы с длинным замахом</p> <p>Прием и остановка шайбы крюком клюшки, коньком;</p> <p>Отбор шайбы клюшкой способом выбивания.</p> | <p>игровой деятельности.</p> <p><i>Взаимодействовать</i> в парах, группах при выполнении технических элементов хоккея.</p> <p><i>Применять</i> навыки технического исполнения элементов и действий хоккея в игровой и соревновательной деятельности.</p> <p><i>Демонстрировать</i> умения и навыки по технической подготовке, во время контрольно-тестовых упражнений</p> <p><i>Осваивать</i> универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.</p> <p><i>Выявлять</i> ошибки при выполнении технических элементов хоккея, <i>уметь анализировать</i> причины их возникновения, исправлять их.</p> <p><i>Соблюдать</i> дисциплину и правила безопасного поведения во время занятий хоккеем.</p> <p><i>Развивать</i> физические и специальные качества.</p> <p><i>Проявлять</i> заинтересованность и познавательный интерес к освоению технических элементов и действий хоккея.</p> <p><i>Демонстрировать</i> во время учебной и игровой деятельности волевые, социальные качества личности, организованность, ответственность.</p> <p><i>Проявлять</i> уважительное отношение к одноклассникам, проявлять культуру</p> |
| <b>Тематическое планирование</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Характеристика и деятельность обучающихся</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | общения и взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p>Тактические действия (индивидуальные и групповые):</p> <p>Тактика обороны: маневрирование и выбор позиции, опека, страховка;</p>                                                                                                                                                                                                                                                           | <p><i>Описывать</i> индивидуальные и групповые тактические взаимодействия в хоккее: в парах, тройках, группе.</p> <p><i>Знать</i> и <i>моделировать</i> элементарные</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

|                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>оборонительная система 1—2—2 (1 – 4); принцип зонной обороны в зоне защиты.</p> <p>Тактика нападения (атаки): ведение, обводка, бросок, прием шайбы;</p> <p>тактическая комбинация — «стенка»;</p> <p>тактическая комбинация — «оставление шайбы»</p> | <p>тактические действия в учебной и игровой деятельности. <i>Демонстрировать</i> во время учебной и игровой деятельности простейшие тактические действия в парах, в тройках, в группах, во время игр с уменьшенным составом.</p> <p><i>Осваивать</i> тактические действия с учетом игровых амплуа в команде.</p> <p><i>Активно взаимодействовать</i> с другими обучающимися в позициях «соперничество» и «сотрудничество»;</p> <p>в парах, группах при выполнении тактических действий хоккея.</p> <p><i>Планировать</i> тактику защиты; тактику нападения (атаки); защитных действий при различных игровых ситуациях.</p> <p><i>Развивать и проявлять</i> специальные качества хоккеиста: <i>ориентироваться</i> на площадке, быстро <i>переключаться</i> от одного действия к другому; <i>чувствовать</i> размеры и границы площадки; <i>видеть</i> своих членов команды и соперников; <i>предугадывать</i> действия своих членов команды (игроков) и игроков команды соперника.</p> <p><i>Общаться</i> во время учебной и игровой деятельности, выстраивая стратегию и тактику игры хоккей.</p> <p><i>Проявлять</i> заинтересованность и познавательный интерес к освоению</p> |
| <b>Тематическое планирование</b>                                                                                                                                                                                                                         | <b>Характеристика и деятельность обучающихся</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                                                                                                                                                                                                                                                          | стратегических, тактических основ хоккея.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <p>Технические действия вратаря: основная стойка, передвижение, ловля и отбивание шайбы.</p> <p>Обучение низкой и высокой стойке вратаря и переходу от одного вида стойки к другому;</p>                                                                 | <p><i>Описывать</i> технические действия владения мячом игры вратаря: основную стойку, передвижение, ловлю и отбивание шайбы.</p> <p><i>Понимать</i> выполнение технических действий вратаря: передвижение, ловля и отбивание шайбы.</p> <p><i>Демонстрировать</i> технические действия</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Передвижения на параллельных коньках (вправо, влево), короткими шагами;</p> <p>Повороты в движении на 180°, 360° в основной стойке вратаря;</p> <p>Ловля шайбы ловушкой стоя на месте;</p> <p>Ловля шайбы ловушкой с одновременным движением в сторону (вправо, влево) на параллельных коньках</p> <p>Отбивание шайбы клюшкой (вправо, влево);</p> <p>Прижимание шайбы ловушкой</p> | <p>вратаря: основную стойку, передвижение, ловлю и отбивание шайбы.</p> <p><i>Моделировать</i> технические действия в игровой деятельности.</p> <p><i>Выявлять</i> ошибки при выполнении технических действий вратаря, уметь анализировать причины их возникновения, исправлять их.</p> <p><i>Соблюдать</i> дисциплину и правила безопасного поведения во время занятий хоккеем.</p> <p><i>Развивать</i> физические и специальные качества.</p> <p><i>Демонстрировать</i> общую физическую и специальную подготовку во время контрольно-тестовых упражнений.</p> <p><i>Проявлять</i> познавательный интерес к освоению технических элементов вратаря.</p> <p><i>Демонстрировать</i> во время учебной и игровой деятельности смелость, ловкость, мышление и внимание.</p> <p><i>Проявлять</i> уважительное отношение к одноклассникам, проявлять культуру общения и взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности.</p> |
| <p>Учебные игры в хоккей.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <p><i>Участвовать</i> в учебных играх в уменьшенных составах, на уменьшенной</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p><b>Тематическое планирование</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <p><b>Характеристика и деятельность обучающихся</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <p>площадке, по упрощенным правилам.</p> <p><i>Демонстрировать</i> умения и навыки выполнения технических элементов и тактических действий в учебных играх.</p> <p><i>Знать</i> правила игры в хоккей.</p> <p><i>Осуществлять</i> судейство учебных игр в качестве помощника судьи (учителя).</p> <p><i>Использовать</i> терминологию хоккея, судейские жесты во время осуществления</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

|                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                          | <p>судейства учебных игр.</p> <p><i>Демонстрировать</i> во время учебной и игровой деятельности волевые, социальные качества личности, организованность, ответственность.</p> <p><i>Проявлять</i> уважительное отношение к одноклассникам, проявлять культуру общения и взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности.</p> <p><i>Осуществлять</i> анализ своей и командной игровой деятельности. <i>Выявлять</i> ошибки, находить правильные пути их устранения.</p> <p><i>Проявлять</i> мотивацию к регулярным занятиям хоккеем.</p> |
| Участие в соревновательной деятельности. | <p><i>Участвовать</i> в соревновательной деятельности внутри школьных этапов различных хоккейных соревнований, фестивалей, конкурсов.</p> <p><i>Демонстрировать</i> полученные навыки и умения для игры в хоккей.</p> <p><i>Показывать</i> результаты не ниже среднего уровня, при выполнении нормативных требований ВФСК «Готов к труду и обороне» (ГТО).</p> <p><i>Приобщаться</i> к регулярным занятиям</p>                                                                                                                                                                          |
| <b>Тематическое планирование</b>         | <b>Характеристика и деятельность обучающихся</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                                          | физической культурой и хоккеем, в частности, <i>вести</i> здоровый образ жизни.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ МОДУЛЯ «ХОККЕЙ» НА УРОВНЕ ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

|                                  |                                                   |
|----------------------------------|---------------------------------------------------|
| <b>Тематическое планирование</b> | <b>Характеристика и деятельность обучающегося</b> |
|----------------------------------|---------------------------------------------------|

| <b>Раздел 1. Знания о хоккее</b>                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>5-9 класс</b>                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                      |
| История развития отечественных и зарубежных хоккейных клубов; ведущие игроки хоккейных клубов региона и Российской Федерации                                                                          | <i>Знать</i> общие сведения о ведущих отечественных и зарубежных хоккейных клубах; игроках ведущих хоккейных клубов региона и Российской Федерации                                                                   |
| Названия и роль главных хоккейных организаций/федераций (международные, российские), осуществляющие управление хоккеем                                                                                | <i>Знать</i> названия и роль главных хоккейных организаций мирового, всероссийского и регионального уровней.                                                                                                         |
| Хоккейные клубы, их история и традиции. Легендарные отечественные хоккеисты и тренеры. Достижения отечественной сборной команды страны на Чемпионатах Европы, мировых первенствах, Олимпийских играх. | <i>Перечислять</i> отечественные и зарубежные хоккейные клубы.<br><br><i>Знать</i> достижения отечественной сборной команды страны на Чемпионатах Европы, мировых первенствах, Олимпийских играх.                    |
| Требования безопасности при организации занятий хоккеем.                                                                                                                                              | <i>Соблюдать</i> требования безопасности при организации занятий хоккеем.                                                                                                                                            |
| <b>Тематическое планирование</b>                                                                                                                                                                      | <b>Характеристика и деятельность обучающегося</b>                                                                                                                                                                    |
| Характерные травмы хоккеистов и мероприятия по их предупреждению.                                                                                                                                     | <i>Знать</i> классификацию травм, характерных для хоккеиста.<br><i>Уметь</i> оказывать первую доврачебную помощь при легких травмах.                                                                                 |
| Хоккейный словарь терминов и определений. Правила соревнований игры в хоккей.                                                                                                                         | <i>Владеть</i> понятийным аппаратом вида спорта «хоккей» и применяют его в игре.<br><i>Применять</i> правила соревнования и судейскую терминологию в игре.<br><i>Знать и уметь</i> показывать жесты судей по хоккею. |
| Судейская коллегия. Обслуживающая соревнования по хоккею. Жесты судьи. Добавка                                                                                                                        | <i>Знать</i> состав судейской коллегии, обслуживающей соревнования по хоккею и основные функции. <i>Знать и понимать</i> жесты судьи.                                                                                |

|                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                    | <i>Уметь показывать жесты судьи.</i>                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Амплуа полевых игроков при игре в хоккей                                                                                                                           | <i>Знать</i> амплуа полевых игроков при игре в хоккей                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Правила подбора физических упражнений для развития физических качеств хоккеиста                                                                                    | <i>Знать</i> классификацию физических упражнений.<br><i>Уметь</i> составить комплекс упражнений для развития физических качеств хоккеиста.<br><i>Применять</i> комплекс упражнений для развития физических качеств хоккеиста в вводно-подготовительной части урока и во время самостоятельных занятий хоккеем. |
| Понятия и характеристика технических и тактических элементов хоккея, их название и методика выполнения.                                                            | <i>Знать</i> классификацию техники и тактики игры в хоккей.<br><i>Характеризовать</i> технические и тактические элементы хоккея.<br><i>Применять</i> технические и тактические элементы в игре и игровых заданиях.<br><i>Владеть</i> методикой выполнения технических и тактических элементов хоккея.          |
| <b>Раздел 2. Способы физкультурной (двигательной) деятельности</b>                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Тематическое планирование</b>                                                                                                                                   | <b>Характеристика и деятельность обучающегося</b>                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>5-9 класс</b>                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Правила безопасного, правомерного поведения во время соревнований по хоккею в качестве зрителя, болельщика (фаната).                                               | <i>Знать правила</i> безопасного, правомерного поведения во время соревнований по хоккею в качестве зрителя, болельщика (фаната).                                                                                                                                                                              |
| Самоконтроль и его роль в учебной и соревновательной деятельности. Первые внешние признаки утомления. Средства восстановления организма после физической нагрузки. | <i>Применять</i> самоконтроль в учебной и соревновательной деятельности.<br><i>Формулировать</i> роль самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности.<br><i>Знать</i> первые внешние признаки утомления.<br><i>Знать и применять</i> средства восстановления организма после физической нагрузки.      |

|                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Правила личной гигиены, требования к спортивной одежде и обуви для занятий хоккеем.<br>Правила ухода за спортивным инвентарем и оборудованием. | <i>Знать и соблюдать</i> правила личной гигиены,<br><i>Уметь</i> подбирать спортивную одежду и обувь для занятий хоккеем.<br><i>Знать и соблюдать</i> правила ухода за инвентарем и оборудованием.<br><i>Формулировать</i> необходимость ухода за спортивным инвентарем                                                   |
| Правильное сбалансированное питание хоккеиста.                                                                                                 | <i>Знать</i> основы формирования сбалансированного питания хоккеиста.                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Тестирование уровня физической подготовленности в хоккее.                                                                                      | <i>Знать</i> контрольные упражнения для определения уровня физической подготовленности хоккеиста.<br><i>Сравнивать</i> своими результаты выполнения контрольных упражнений с результатами других обучающихся.<br><i>Проводить</i> тестирование уровня физической подготовленности в хоккее                                |
| Дневник самонаблюдения за показателями развития физических качеств и состояния здоровья.                                                       | <i>Заполнять</i> дневник самонаблюдения за показателями развития физических качеств и состояния здоровья.                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Тематическое планирование</b>                                                                                                               | <b>Характеристика и деятельность обучающегося</b>                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Раздел 3. Физическое совершенствование</b>                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>5-6 класс</b>                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Комплексы упражнений для развития физических качеств (ловкости, гибкости, силы, выносливости, быстроты и скоростных способностей)              | <i>Знать</i> технику выполнения и <i>уметь</i> выполнять упражнения для развития физических качеств.<br><i>Следить</i> за правильностью выполнения упражнений.<br><i>Уметь</i> выявлять ошибки при выполнении упражнений.<br><i>Уметь</i> взаимодействовать в коллективе сверстников при выполнении групповых упражнений. |
| Комплексы упражнений формирующие двигательные умения и навыки технических и тактических действий хоккеиста:                                    | <i>Уметь</i> перечислять общеподготовительные и специально-подготовительные упражнения формирующие двигательные умения и навыки технических и                                                                                                                                                                             |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| общеподготовительных и<br>специально-подготовительных<br>упражнений                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | тактических действий хоккеиста.<br><i>Демонстрировать</i> правильную технику<br>выполнения общеподготовительных и<br>специально-подготовительных<br>упражнений.                                                                                                                                                                                                           |
| Комплексы корригирующей<br>гимнастики с использованием<br>специальных хоккейных<br>упражнений. Разминка и её роль в<br>уроке физической культуры                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <i>Уметь</i> подбирать упражнения для<br>составления комплексов корригирующей<br>гимнастики с использованием специальных<br>хоккейных упражнений.<br>Знать роль разминки в уроке физической<br>культуры                                                                                                                                                                   |
| <i>Техника передвижения на коньках:</i><br>Бег: скользящими шагами,<br>поворотами влево и вправо<br>скрестными шагами, с изменением<br>направления скрестными<br>шагами (перебежка), спиной<br>вперед не отрывая<br>коньков ото льда, спиной вперед<br>переступанием ногами,<br>спиной вперед скрестными шагами.                                                                                                                         | <i>Описывать</i> технику передвижения на<br>коньках различным способом.<br><i>Демонстрировать</i> технику передвижения<br>на коньках различным способом.<br><i>Выполнять</i> комплексы приемов техники<br>движений на коньках по реализации<br>стартовой и дистанционной скорости.<br><i>Выполнять</i> комплекс приемов техники по<br>передвижению хоккеистов на коньках, |
| <b>Тематическое планирование</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Характеристика и деятельность<br/>обучающегося</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Старт с места лицом вперед.<br>Торможение с поворотом туловища<br>на 90° на двух ногах. Прыжки<br>толчком двумя ногами. Повороты в<br>движении на 180° и 360°.<br>Выпады, глубокие приседания.<br>Комплекс приемов техники<br>движений на коньках по<br>реализации стартовой и<br>дистанционной скорости<br>Комплекс приемов техники по<br>передвижению хоккеистов на<br>коньках, направленный на<br>совершенствование<br>маневрирования | направленный на совершенствование<br>маневрирования.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <i>Техника владения клюшкой и</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <i>Знать</i> амплуа полевых игроков в игре                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><i>шайбой:</i></p> <p>Ведение шайбы: в движении с переключением крюка клюшки через шайбу не отрывая крюка клюшки от шайбы, короткое с переключением крюка клюшки, коньками.</p> <p>Обводка: длинная, короткая, с применением обманных действий - финтов.</p> <p>Финты: с изменением скорости движения.</p> <p>Бросок шайбы: с длинным разгоном (заметающий), с коротким разгоном (кистевой), бросок –подкидка, в процессе ведения.</p> <p>Удары: шайбы с длинным и коротким замахом.</p> <p>Остановка шайбы: крюком клюшки и рукояткой, коньком.</p> | <p>хоккей.</p> <p><i>Описывать</i> технику владения клюшкой и шайбой (ведение, обводка, финты, бросок, удары, остановка, отбор).</p> <p><i>Демонстрировать</i> технику владения клюшкой и шайбой (ведение, обводка, финты, бросок, удары, остановка, отбор).</p> <p><i>Применять</i> технику владения клюшкой и шайбой (ведение, обводка, финты, бросок, удары, остановка, отбор) в игровых заданиях.</p>                         |
| <p><b>Тематическое планирование</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <p><b>Характеристика и деятельность обучающегося</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <p>Отбор шайбы: клюшкой способом выбивания; клюшкой способом подбивания клюшки соперника.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <p><i>Техника игры вратаря</i></p> <p>Передвижения на параллельных коньках (вправо, влево), вперед выпадам, короткими шагами. Т-образное скольжение (вправо, влево).</p> <p>Торможение на параллельных коньках. Повороты в движении на 180°, 360° в основной стойке вратаря. Бег спиной вперед, лицом вперед не отрывая коньков ото льда с переступанием.</p> <p>Ловля шайбы ловушкой с одновременным движением в</p>                                                                                                                                   | <p><i>Знать</i> амплуа игрока «вратаря» в игре хоккей.</p> <p><i>Описывать</i> технику игры вратаря.</p> <p><i>Использовать</i> технические элементы игры вратаря во время выполнения игровых заданий и учебных игр.</p> <p><i>Применять</i> технику игры вратаря в учебных играх.</p> <p><i>Уметь</i> взаимодействовать с полевыми игроками.</p> <p><i>Демонстрировать</i> технику отбивания, ловли, ведения и броска шайбы.</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>сторону (вправо, влево), Т-образным скольжением,</p> <p>Отбивание шайбы: коньком, клюшкой.</p> <p>Бросок шайбы на дальность и точность. Передача шайбы клюшкой по льду одной рукой, двумя руками, подкидкой.</p> <p>Ведение шайбы клюшкой на месте; в движении одной рукой; двумя руками.</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p><i>Тактическая подготовка</i></p> <p>Скоростное маневрирование и выбор позиции. Дистанционная опека. Отбор шайбы перехватом, клюшкой.</p> <p><i>Групповые тактические действия</i></p> <p>Переключение. Взаимодействие защитников с вратарем.</p>                                             | <p><i>Уметь</i> выбирать позиции игрока в зависимости от игровой ситуации.</p> <p><i>Описывать</i> технику перехватов шайбы различным способом.</p> <p><i>Уметь</i> приметить перехваты шайбы различным способом в игре хоккей.</p> <p><i>Демонстрировать</i> перехваты шайбы различным способом в игре хоккей.</p> |
| <p><b>Тематическое планирование</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                          | <p><b>Характеристика и деятельность обучающегося</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                            |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Принципы командных оборонительных тактических действий. Малоактивная оборонительная система 1—2—2, 1—4.</p> <p>Прессинг. Принцип зонной обороны в зоне защиты. Принцип персональной обороны в зоне защиты.</p> <p><i>Командные атакующие тактические действия</i></p> <p>Организация атаки и контратаки из зоны защиты. Организованный выход из зоны защиты через крайних нападающих. Выход из зоны защиты через центральных нападающих. Выход из зоны через защитников.</p> <p><i>Тактика игры вратаря Выбор позиции в воротах.</i></p> <p>Выбор позиции: при атаке ворот противником в численном большинстве (2:1, 3:1, 3:2. Прижимание шайбы. Перехват и остановка шайбы. Выбрасывание шайбы.</p> <p>Атакующие действия без шайбы и с шайбой: ведение, обводка, бросок, прием шайбы.</p> <p>Передачи шайбы — короткие, средние по льду, в крюк клюшки партнера и на свободное место, в процессе ведения, обводки, при имитации броска в ворота, в движении.</p> <p>Тактические действия при</p> | <p><i>Применять групповые тактические действия (переключение, взаимодействие защитников с вратарем, оборонительные системы и др) в игровой и соревновательной деятельности.</i></p> <p><i>Знать командные атакующие действия. Уметь взаимодействовать при игре через нападающих.</i></p> <p><i>Знать способы атаки и контратаки в хоккее.</i></p> <p><i>Демонстрировать командные атакующие тактические действия.</i></p> <p><i>Описывать тактику игры вратаря.</i></p> <p><i>Уметь выбирать позицию вратаря при атаке.</i></p> <p><i>Знать тактические комбинации при различных игровых ситуациях.</i></p> <p><i>Демонстрировать атакующие действия с шайбой и без шайбы.</i></p> <p><i>Уметь выполнять передачи шайбы.</i></p> |
| <b>Тематическое планирование</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Характеристика и деятельность обучающегося</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| вбрасывании судьей шайбы: — в                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

|                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| зоне нападения; — в средней зоне;<br>— в зоне защиты.                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Учебные игры в хоккей. Участие в<br>соревновательной деятельности.                                                                                                                          | <i>Соблюдать</i> правила игры в хоккей в<br>процессе соревновательной деятельности.<br><i>Уважать</i> товарищей по команде. <i>Уметь</i><br>взаимодействовать с игроками.<br><i>Использовать</i> игру в хоккей как средство<br>активного отдыха.                                                                                                                                                               |
| <b>7-9 класс</b>                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Комплексы упражнений для<br>развития физических качеств<br>(ловкости, гибкости, силы,<br>выносливости, быстроты и<br>скоростных способностей)                                               | <i>Знать</i> технику выполнения и <i>уметь</i><br>выполнять упражнения для развития<br>физических качеств.<br><i>Следить</i> за правильностью выполнения<br>всех упражнений.<br><i>Уметь</i> выявлять ошибки при выполнении<br>упражнений.<br><i>Уметь</i> взаимодействовать в коллективе<br>сверстников при выполнении групповых<br>упражнений.<br><i>Определять</i> эффективность подобранных<br>упражнений. |
| Комплексы упражнений<br>формирующие двигательные<br>умения и навыки технических и<br>тактических действий хоккеиста:<br>общеподготовительных и<br>специально-подготовительных<br>упражнений | <i>Классифицировать</i> общеподготовительные<br>и специально-подготовительные<br>упражнения формирующие двигательные<br>умения и навыки технических и<br>тактических действий хоккеиста.<br><i>Демонстрировать</i> и <i>описывать</i><br>правильную технику выполнения<br>общеподготовительных и специально-<br>подготовительных упражнений.                                                                   |
| <i>Техника передвижения на коньках:</i><br>Бег скользящими, короткими и<br>скрестными шагами, с изменением<br>направления, спиной вперед<br>переступанием ногами, спиной                    | <i>Описывать</i> технику передвижения на<br>коньках различным способом.<br><i>Демонстрировать</i> технику передвижения<br>на коньках различным способом.<br><i>Находить</i> ошибки в технике передвижения                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Тематическое планирование</b>                                                                                                                                                            | <b>Характеристика и деятельность<br/>обучающегося</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| вперед не отрывая коньков ото<br>льда, спиной вперед скрестными                                                                                                                             | на коньках различным способом.<br><i>Выполнять</i> комплексы приемов техники                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>шагами. Повороты влево и вправо скрестными шагами. Старт с места лицом вперед, из различных положений с последующими рывками в заданные направления. Торможение с поворотом туловища на 90° на одной и двух ногах. Прыжки толчком одной и двумя ногами. Повороты в движении на 180° и 360°.</p> <p>Выпады, глубокие приседания на одной и двух ногах. Падения на колени в движении с последующим быстрым вставанием и ускорениями.</p> <p>Падение на грудь, бок с последующим быстрым вставанием и бегом в заданном направлении</p> <p>Комплекс приемов техники движений на коньках по реализации стартовой и дистанционной скорости</p> <p>Комплекс приемов техники по передвижению хоккеистов на коньках, направленный на совершенствование скоростного маневрирования</p> | <p>движений на коньках по реализации стартовой и дистанционной скорости.</p> <p><i>Подбирать</i> упражнения для формирования техники реализации стартовой и дистанционной скорости</p> <p><i>Выполнять</i> комплекс приемов техники по передвижению хоккеистов на коньках, направленный на совершенствование скоростного маневрирования.</p> <p><i>Подбирать</i> упражнения для формирования по передвижению хоккеистов на коньках, направленный на совершенствование скоростного маневрирования.</p> |
| <p><i>Техника владения клюшкой и шайбой:</i></p> <p>Ведение шайбы: широкое в движении с перекладыванием крюка клюшки через шайбу; не отрывая крюка клюшки от шайбы; дозированными толчками вперед,</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <p><i>Знать и определять</i> амплуа полевых игроков в игре хоккей.</p> <p><i>Описывать</i> технику владения клюшкой и шайбой (ведение, обводка, финты, бросок, удары, остановка, отбор).</p> <p><i>Демонстрировать</i> правильную технику</p>                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <p><b>Тематическое планирование</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <p><b>Характеристика и деятельность обучающегося</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>короткое с переключением крюка клюшки; коньками; в движении спиной вперед.</p> <p>Обводка: длинная, короткая, силовая, с применением обманных действий - финтов. Финты: с изменением скорости движения. С головой и туловищем, на бросок и передачу шайбы, ложная потеря шайбы.</p> <p>Удары: шайбы с длинным и коротким замахом.</p> <p>Бросок шайбы: с длинным разгоном (заметающий), с коротким разгоном (кистевой), подкидка, в процессе ведения, обводки и передач шайбы, с неудобной стороны, в «одно касание» встречно и с бока идущей шайбы.</p> <p>Остановка шайбы: крюком клюшки и рукояткой, коньком, рукой, туловищем, клюшкой способом выбивания, клюшкой способом подбивания клюшки соперника, с помощью силовых приемов туловищем.</p> <p>Прием шайбы с одновременной ее подработкой последующим действиям.</p> <p>Остановка и толчок соперника: плечом, грудью, задней частью бедра.</p> <p>Отбор шайбы способом остановки, прижимания соперника к борту и овладения шайбой.</p> | <p>владения клюшкой и шайбой (ведение, обводка, финты, бросок, удары, остановка, отбор).</p> <p><i>Находить</i> ошибки в технике владения клюшкой и шайбой (ведение, обводка, финты, бросок, удары, остановка, отбор).</p> <p><i>Применять</i> технику владения клюшкой и шайбой (ведение, обводка, финты, бросок, удары, остановка, отбор) в игровых ситуациях.</p> <p><i>Взаимодействовать</i> с игроками команды при выполнении технических элементов владения клюшкой и шайбой.</p> |
| <i>Техника игры вратаря</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <i>Знать и определять</i> амплуа игрока                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Тематическое планирование</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>Характеристика и деятельность обучающегося</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Торможение на параллельных                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | «вратаря» в игре хоккей.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>коньках. Передвижения короткими шагами. Повороты в движении на 180°, 360° в основной стойке вратаря. Бег спиной вперед, лицом вперед</p> <p>Ловля шайбы ловушкой в шпагате, на блин.</p> <p>Отбивание шайбы блином с одновременным движением в сторону (вправо, влево) на параллельных коньках, щитками с падением на бок (вправо, влево)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <p><i>Описывать и демонстрировать</i> технические элементы игры вратаря.</p> <p><i>Использовать</i> технические элементы игры вратаря во время выполнения игровых заданий и учебных игр.</p> <p><i>Применять</i> технику игры вратаря в учебных играх.</p> <p><i>Уметь</i> взаимодействовать с полевыми игроками.</p> <p><i>Демонстрировать</i> правильную технику отбивания, ловли, ведения и броска шайбы.</p> <p><i>Выявлять</i> ошибки в технике игры вратаря.</p>                                                        |
| <p><i>Тактическая подготовка</i></p> <p>Скоростное маневрирование и выбор позиции. Дистанционная опека Контактная опека. Отбор шайбы перехватом, клюшкой, с применением силовых единоборств. Ловля шайбы на себя с падением на одно и два колена, а также с падением на бок.</p> <p><i>Групповые тактические действия</i></p> <p>Переключение. Спаренный (парный) отбор шайбы. Взаимодействие защитников с вратарем.</p> <p>Принципы командных оборонительных тактических действий.</p> <p>Активная оборонительная система 2—1—2, 3—2, 2—2—1.</p> <p>Прессинг. Принцип комбинированной обороны в зоне защиты.</p> <p>Тактические построения в обороне</p> | <p><i>Знать</i> определение тактической подготовки.</p> <p><i>Уметь</i> выбирать позиции игрока в зависимости от игровой ситуации.</p> <p><i>Описывать</i> технику перехватов шайбы различным способом.</p> <p><i>Знать</i> групповые тактические действия.</p> <p><i>Выполнять</i> перехваты шайбы различным способом в игре хоккей.</p> <p><i>Применять</i> групповые тактические действия (переключение, взаимодействие защитников с вратарем, оборонительные системы и др) в игровой и соревновательной деятельности.</p> |
| <p><b>Тематическое планирование</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <p><b>Характеристика и деятельность обучающегося</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>при численном меньшинстве, большинстве.</p> <p>Атакующие действия без шайбы и с шайбой: ведение, обводка, бросок, прием шайбы, единоборство с вратарем.</p> <p>Передачи шайбы — короткие, средние, длинные, по льду и надо льдом, в крюк клюшки партнера и на свободное место, в процессе ведения, обводки, в силовом единоборстве, при имитации броска в ворота, в движении, с использованием борта. Тактические комбинации — «скрещивание», «стенка», «оставление шайбы», «пропуск шайбы», «заслон».</p> <p>Тактические действия при вбрасывании судьей шайбы: — в зоне нападения; — в средней зоне; — в зоне защиты.</p> <p><i>Командные атакующие тактические действия</i></p> <p>Развитие «длинной» атаки. Скоростное прохождение средней зоны за счет продольных и диагональных передач. Контратаки из зоны защиты и средней зоны. Атака с хода. Позиционная атака с выходом на завершающий бросок крайних нападающих; с выходом на завершающий бросок центрального нападающего.</p> <p>Позиционное нападение с завершающим броском в ворота защитников.</p> | <p><i>Владеть</i> командными атакующими действиями.</p> <p><i>Уметь</i> взаимодействовать при игре в неравночисленных составах.</p> <p><i>Знать</i> способы атаки и контратаки в хоккее.</p> <p><i>Демонстрировать</i> командные атакующие тактические действия.</p> |
| <p><b>Тематическое планирование</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <p><b>Характеристика и деятельность обучающегося</b></p>                                                                                                                                                                                                             |
| <p>Игра в неравночисленных составах</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                      |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>— в численном большинстве 5:4, 5:3. Игра в нападении в численном меньшинстве.</p> <p><i>Тактика игры вратаря Выбор позиции в воротах</i></p> <p>Выбор позиции: при атаке ворот противником в численном большинстве (3:1, 3:2) (вне площади ворот); при позиционной атаке противника. Прижимание, перехват и остановка шайбы. Выбрасывание шайбы. Взаимодействие с игроками защиты при обороне и с игроками при контратаке.</p> | <p><i>Описывать</i> тактику игры вратаря.</p> <p><i>Уметь</i> выбирать позицию вратаря при атаке.</p> <p><i>Знать</i> тактические комбинации при различных игровых ситуациях.</p> <p><i>Демонстрировать</i> атакующие действия с шайбой и без шайбы.</p> <p><i>Уметь</i> выполнять передачи шайбы.</p> |
| <p>Учебные игры в хоккей. Участие в соревновательной деятельности.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <p><i>Соблюдать</i> правила игры в хоккей в процессе соревновательной деятельности.</p> <p><i>Уважать</i> товарищей по команде. <i>Уметь</i> взаимодействовать с игроками.</p> <p><i>Использовать</i> игру в хоккей как средство активного отдыха.</p>                                                 |

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НА УРОВНЕ СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

| Тематическое планирование                                                                                                      | Характеристика и деятельность обучающихся                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>10-11 класс</b>                                                                                                             |                                                                                                            |
| <b>Раздел 1. Знания о хоккее</b>                                                                                               |                                                                                                            |
| История развития современного хоккея в мире, в Российской Федерации, в регионе.                                                | <i>Раскрывать</i> историю развития современного хоккея в мире, в Российской Федерации, в регионе.          |
| Тематическое планирование                                                                                                      | Характеристика и деятельность обучающихся                                                                  |
| Роль и основные функции главных хоккейных организаций/федераций (международные, российские), осуществляющие управление хоккеем | <i>Знать</i> главные хоккейные организации/федерации различного уровня, осуществляющие управление хоккеем. |

|                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                  | <p><i>Формулировать и обобщать</i> роль и основные функции.</p> <p><i>Объяснять</i> структуру управления хоккеем на различных уровнях</p>                                                                                                                                                                 |
| Хоккейные клубы, их история и традиции. Легендарные отечественные и зарубежные хоккеисты и тренеры.                                              | <p><i>Знать</i> историю отечественных и зарубежных хоккейных клубов.</p> <p><i>Проявлять</i> интерес к достижениям отечественной сборной команды страны по хоккею на Чемпионатах Европы, мировых первенствах, Олимпийских играх.</p>                                                                      |
| Официальный календарь соревнований (международных, всероссийских, региональных).                                                                 | <p><i>Обобщать</i> знания о достижениях отечественной сборной команды страны по хоккею на Чемпионатах Европы, мировых первенствах, Олимпийских играх</p> <p><i>Анализировать</i> результаты соревнований, входящих в официальный календарь соревнований (международных, всероссийских, региональных).</p> |
| Требования безопасности при организации занятий хоккеем.                                                                                         | <p><i>Соблюдать</i> требования безопасности при организации занятий хоккеем.</p>                                                                                                                                                                                                                          |
| Характерные травмы хоккеистов и мероприятия по их предупреждению.                                                                                | <p><i>Знать</i> классификацию травм, характерных для хоккеиста.</p> <p><i>Уметь</i> оказывать первую медицинскую помощь при легких травмах.</p>                                                                                                                                                           |
| Занятия хоккеем как средство укрепления здоровья, повышения функциональных возможностей основных систем организма и развития физических качеств. | <p><i>Знать</i> влияния занятий хоккей на организм занимающегося.</p> <p><i>Характеризовать</i> способы повышения основных систем организма и развития физических качеств.</p>                                                                                                                            |
| <b>Тематическое планирование</b>                                                                                                                 | <b>Характеристика и деятельность обучающихся</b>                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Хоккейный словарь терминов и определений.                                                                                                        | <p><i>Формулировать</i> понятия вида спорта «хоккей».</p> <p><i>Выделять</i> основные термины и понятия вида спорта «хоккей»</p>                                                                                                                                                                          |
| Правила соревнований игры в хоккей.                                                                                                              | <i>Применять</i> правила соревнования и                                                                                                                                                                                                                                                                   |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | судейскую терминологию в игре.<br><i>Знать и уметь</i> показывать жесты судей по хоккею.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Раздел 2. Способы физкультурной деятельности</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Правила безопасного, правомерного поведения во время соревнований по хоккею в качестве зрителя, болельщика (фаната).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <i>Соблюдать правила</i> безопасного, правомерного поведения во время соревнований по хоккею в качестве зрителя, болельщика (фаната).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Организация и проведение самостоятельных занятий по хоккею.<br>Составление планов и самостоятельное проведение занятий по хоккею.<br>Способы самостоятельного освоения двигательных действий, подбор подводящих, подготовительных и специальных упражнений.<br>Самоконтроль и его роль в учебной и соревновательной деятельности.<br>Первые внешние признаки утомления.<br>Средства восстановления организма после физической нагрузки. | <i>Составлять</i> план самостоятельных занятий по хоккею.<br><i>Применять</i> правила безопасности во время самостоятельных занятий хоккеем.<br><i>Организовать</i> самостоятельные занятия по хоккею.<br><i>Подбирать</i> подводящие и подготовительные и специальных упражнения для качественного выполнения техники двигательных действий.<br><i>Раскрывать</i> роль самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности.<br><i>Выявлять</i> внешние признаки утомления.<br><i>Принимать</i> меры по профилактике утомления во время занятий хоккеем.<br><i>Подбирать</i> средства восстановления организма после физической нагрузки. |
| <b>Тематическое планирование</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Характеристика и деятельность обучающихся</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Правила личной гигиены, требования к спортивной одежде и обуви для занятий хоккеем.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <i>Знать и соблюдать</i> правила личной гигиены.<br><i>Уметь</i> подбирать спортивную одежду и обувь для занятий хоккеем.<br><i>Формулировать</i> необходимость соблюдения правил личной гигиены.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Правила ухода за спортивным инвентарем и оборудованием.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <i>Знать и соблюдать</i> правила ухода за инвентарем и оборудованием                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

|                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Правильное сбалансированное питание хоккеиста.                                                                                                                                  | <i>Знать</i> основы формирования сбалансированного питания хоккеиста.<br><i>Формулировать</i> необходимость ухода за спортивным инвентарем                                                                                                                                                                                                                              |
| Классификация физических упражнений: подготовительные, общеразвивающие, специальные и корригирующие. Составление индивидуальных комплексов упражнений различной направленности. | <i>Знать</i> классификацию физических упражнений.<br><i>Подбирать</i> подготовительные упражнения для составления комплексов различной направленности.<br><i>Составлять</i> и <i>выполнять</i> индивидуальный комплекс упражнений различной направленности.<br><i>Демонстрировать</i> правильную технику при выполнении комплексов упражнений различной направленности. |
| Способы и методы профилактики пагубных привычек, асоциального и созависимого поведения. Антидопинговое поведение.                                                               | <i>Формулировать</i> способы и методы профилактики пагубных привычек, асоциального и созависимого поведения.<br><i>Знать</i> понятие «допинг» и «антидопинг».                                                                                                                                                                                                           |
| Тестирование уровня физической подготовленности в хоккее.                                                                                                                       | <i>Знать</i> контрольные упражнения для определения уровня физической подготовленности хоккеиста.<br><i>Сравнивать</i> своими результаты выполнения контрольных упражнений с результатами других обучающихся<br><i>Проводить</i> тестирование уровня                                                                                                                    |
| <b>Тематическое планирование</b>                                                                                                                                                | <b>Характеристика и деятельность обучающихся</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                                                                                                                                                                                 | физической подготовленности хоккеистов. .<br><i>Характеризовать</i> основные показателями развития физических качеств и состояния здоровья.                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Раздел 3. Физическое совершенствование</b>                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Комплексы упражнений для развития физических качеств (ловкости,                                                                                                                 | <i>Знать</i> технику выполнения и <i>демонстрировать</i> правильную технику                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

|                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| гибкости, силы, выносливости, быстроты и скоростных способностей)                                           | <p>выполнения упражнения для развития физических качеств.</p> <p><i>Уметь</i> выявлять и устранять ошибки при выполнении упражнений.</p> <p><i>Уметь</i> взаимодействовать в коллективе сверстников при выполнении групповых упражнений.</p> <p><i>Определять</i> эффективность подобранных упражнений.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Комплексы упражнений формирующие двигательные умения и навыки технических и тактических действий хоккеиста: | <p><i>Формулировать</i> классификацию техники и тактики игры в хоккей.</p> <p><i>Знать и различать</i> технические и тактические элементы хоккея.</p> <p><i>Применять</i> технические и тактические элементы в игре и игровых заданиях.</p> <p><i>Владеть</i> методикой выполнения технических и тактических элементов хоккея.</p> <p><i>Демонстрировать</i> комплексы упражнений формирующие двигательные умения и навыки технических и тактических действий хоккеиста.</p> <p><i>Выявлять</i> ошибки в технике выполнения упражнений формирующие двигательные умения и навыки</p> |
| <b>Тематическое планирование</b>                                                                            | <b>Характеристика и деятельность обучающихся</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|                                                                                                             | технических и тактических действий хоккеиста.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Совершенствование техники передвижения на коньках                                                           | <p><i>Знать</i> технику передвижения на коньках различным способом.</p> <p><i>Демонстрировать</i> правильную технику передвижения на коньках различным способом.</p> <p><i>Находить и исправлять</i> ошибки в технике передвижения на коньках различным способом.</p> <p><i>Выполнять</i> комплексы приемов техники</p>                                                                                                                                                                                                                                                             |

|                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                     | <p>движений на коньках по реализации стартовой и дистанционной скорости.</p> <p><i>Подбирать</i> упражнения для формирования техники реализации стартовой и дистанционной скорости</p> <p><i>Выполнять</i> комплекс приемов техники по передвижению хоккеистов на коньках, направленный на совершенствование скоростного маневрирования.</p> <p><i>Подбирать</i> упражнения для формирования по передвижению хоккеистов на коньках, направленный на совершенствование скоростного маневрирования.</p> |
| Совершенствование техники владения клюшкой и шайбой | <p><i>Знать</i> амплуа полевых игроков в игре хоккей.</p> <p><i>Знать и уметь демонстрировать</i> технику владения клюшкой и шайбой (ведение, обводка, финты, бросок, удары, остановка, отбор).</p> <p><i>Находить и исправлять</i> ошибки в технике владения клюшкой и шайбой (ведение, обводка, финты, бросок, удары, остановка, отбор).</p>                                                                                                                                                        |
| <b>Тематическое планирование</b>                    | <b>Характеристика и деятельность обучающихся</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|                                                     | <p><i>Применять</i> технику владения клюшкой и шайбой (ведение, обводка, финты, бросок, удары, остановка, отбор) в игровых ситуациях.</p> <p><i>Взаимодействовать</i> с игроками команды при выполнении технических элементов владения клюшкой и шайбой</p>                                                                                                                                                                                                                                           |
| Совершенствование техники игры вратаря              | <p><i>Описывать и демонстрировать</i> технические элементы игры вратаря.</p> <p><i>Анализировать</i> технику игры вратаря.</p> <p><i>Применять</i> технику игры вратаря в учебных играх.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

|                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                             | <p><i>Уметь взаимодействовать с полевыми игроками.</i></p> <p><i>Демонстрировать правильную технику отбивания, ловли, ведения и броска шайбы.</i></p> <p><i>Выявлять ошибки в технике игры вратаря.</i></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <p>Совершенствование тактической подготовки:</p> <p>Групповые тактические действия</p> <p>Командные атакующие тактические действия</p> <p>Тактика игры вратаря Выбор позиции в воротах.</p> | <p><i>Знать определение тактической подготовки.</i></p> <p><i>Демонстрировать позиции игрока в зависимости от игровой ситуации.</i></p> <p><i>Анализировать технику перехватов шайбы различным способом.</i></p> <p><i>Выявлять ошибки в тактических действиях игроков.</i></p> <p><i>Выполнять перехваты шайбы различным способом в игре хоккей.</i></p> <p><i>Применять групповые и командные тактические действия) в игровой и соревновательной деятельности.</i></p> <p><i>Уметь взаимодействовать при игре в неравночисленных составах.</i></p> <p><i>Демонстрировать тактику игры вратаря.</i></p> |
| <b>Тематическое планирование</b>                                                                                                                                                            | <b>Характеристика и деятельность обучающихся</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                             | <p><i>Уметь выбирать позицию вратаря при атаке.</i></p> <p><i>Демонстрировать и анализировать тактические комбинации при различных игровых ситуациях.</i></p> <p><i>Демонстрировать атакующие действия с шайбой и без шайбы.</i></p> <p><i>Выявлять ошибки в выполнении передачи шайбы.</i></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Учебные игры в хоккей. Участие в соревновательной деятельности.                                                                                                                             | <p><i>Соблюдать правила игры в хоккей в процессе соревновательной деятельности.</i></p> <p><i>Знать и выполнять основные жесты</i></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>судей.</p> <p><i>Проявлять</i> толерантность во время игровой и соревновательной деятельности.</p> <p><i>Уметь</i> взаимодействовать с игроками.</p> <p><i>Использовать</i> игру в хоккей как средство активного отдыха.</p> <p><i>Осуществлять</i> судейство учебных игр.</p> |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

#### **IV. УЧЕБНО – МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО- ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

##### **Список литературы**

1. Алпацкая Е.В. К вопросу о тестировании двигательных способностей детей / Е.В.Алпацкая // Здоровье. Физическая культура. Спорт: Сб. науч. тр. Смоленск: СГИФК, 2002. - С. 12-15.
2. Арзуманов С. Г. Физическое воспитание в школе учащихся 10-11 классов: учебно-методическое пособие для учителя / С. Г. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2010. - 413 с.
3. Бурцева Л.И. Игры-эстафеты в школе / Л.И.Бурцева // Спорт в школе. - 2003. -№15. С. 18-19.

4. Быстров В.А. Основы обучения и тренировки юных хоккеистов / В.А.Быстров. М.: Терра-Спорт, 2000. - 64 с.
5. Жуков М.Н. Подвижные игры: Учеб. для студентов пед.вузов / М.Н.Жуков. М.: Академия, 2000. - 160 с.
6. Маслюков А.В. Совершенствование координационных способностей у юных хоккеистов 8-9 лет с учётом типа телосложения на начальном этапе тренировки. / А.В.Маслюков. Омск, 2001. - 324 с.
7. Матвеев А.П. Методика физического воспитания с основами теории / А.П.Матвеев, С.Б.Мельников. М.: Феникс, 2006.
8. Мельников И.В. Самый полный самоучитель. Лучшая книга для начинающих; АСТ 2014 -208 с.
9. Морфофункциональное созревание основных физиологических систем организма детей школьного возраста / Под ред. М. В. Антроповой, М. М. Кольцовой. М.: Педагогика, 2003. - С. 81-98.
10. Никонов Ю.В. Подготовка юных хоккеистов: учеб. пособие / Ю.В.Никонов. Минск: Асар, 2008. - 320 с.
11. Раззаков Ф. Российский хоккей: от скандала до трагедии; Эксмо 2013 - 448 с.
12. Поликарпочкин А.Н., Михно Л. В., Левшин И.В. Физиология спорта. Медико-биологические основы подготовки юных хоккеистов; Спорт 2016 - 168 с.
13. Савин В.П. Теория и методика хоккея: Учебник для студентов высших учебных заведений / В.М.Савин. М.: Академия, 2003. - 400 с.
14. Тарасов А. Хоккей. Родоначалники и новички; Эксмо 2015 -408 с.
15. Хоккей: программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮ-ШОР. М.: Сов. Спорт - 2006 - 101 с.

### **Интернет- ресурсы**

1. Игры с элементами спортивных  
[https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/prochee/podborka\\_dlia\\_doshkol\\_nikov\\_ighry\\_s\\_eliemientami\\_sportivnykh\\_ighr](https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/prochee/podborka_dlia_doshkol_nikov_ighry_s_eliemientami_sportivnykh_ighr)
2. Контрольные нормативы. Детский хоккей <http://northstars.ru/publ/2-1-0-42>
3. Методические рекомендации «Спортивные, подвижные игры, эстафеты и упражнения в единой системе тренировок в хоккее с шайбой в возрастной категории 7-16 лет» <https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2015/12/02/sportivnye-podvizhnye-igry-estafety-i-uprazhneniya-v>
4. Правила вида спорта "Хоккей" [www.garant.ru](http://www.garant.ru)

5. Правила безопасности при игре в хоккей <https://gigabaza.ru/doc/84911.html> - gigabaza.ru
6. Подвижные игры с хоккеем <https://vikidalka.ru/2-197497.html>
7. Подвижные игры для юных хоккеистов [http://icehockeyexpert.blogspot.com/2017/08/5-6-new-hockey-academy\\_26.html](http://icehockeyexpert.blogspot.com/2017/08/5-6-new-hockey-academy_26.html)
8. Словари и энциклопедии хоккей с шайбой <https://biograf.academic.ru/dic.nsf/ruwiki/32251>
9. Техника русского хоккея <http://www.offsport.ru/hockey/bandy/tehnika-igry.shtml> - offsport.ru
10. Учительский портал [www.uchportal.ru](http://www.uchportal.ru)
11. Федерация Хоккея России <https://fhr.ru> – fhr.ru
12. Физкультура и спорт <https://pedportal.net/starshie-klassy/fizkultura-i-sport/> - pedportal
13. Хоккей с шайбой – Техника [https://world-sport.org/games/hockey\\_puck/technology/](https://world-sport.org/games/hockey_puck/technology/) - world-sport.org
14. Хоккей с шайбой <http://www.olymps.ru/vidy-sporta/ice-hockey>

### **Материально-техническое обеспечение модуля**

Для характеристики количественных показателей используются следующие обозначения:

Д – демонстрационный экземпляр (не менее одного экземпляра на класс);

К – полный комплект (на каждого ученика класса);

| №<br>п/п | Наименование спортивного оборудования<br>и инвентаря | Количество |
|----------|------------------------------------------------------|------------|
| 1        | Ворота хоккейные (комплект)                          | Д          |
| 2        | Клюшки                                               | К          |
| 3        | Шайбы                                                | К          |
| 4        | Краги (перчатки)                                     | К          |
| 5        | Мячи для зального хоккея                             | К          |
| 6        | Набор пластиковых мишеней                            | Д          |
| 7        | Комплект конусов тренировочных                       | Д          |
| 8        | Комплект фишек тренировочных                         | Д          |
| 9        | Пассер для отработки передач                         | Д          |

|    |                    |   |
|----|--------------------|---|
| 10 | Дуга тренировочная | Д |
| 11 | Змейка для обводки | Д |
| 12 | Размер поля 25х10  | Д |

## V. ПРИЛОЖЕНИЕ

### Приложение 1

#### КРАТКИЙ СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ

**Боковая линия** — линия, ограничивающая сбоку поверхность хоккейной площадки.

**Быстрая атака** — резкое стремление к воротам соперника с целью забить гол.

**Ведение мяча/шайбы** — технический прием, когда игрок, двигаясь в определенном направлении, ведет одной (левой или правой) рукой.

**Вратарь** — хоккеист, защищающий ворота.

**Гол** — заброшенный в ворота соперников мяч/шайба.

**Дисквалификация** — запрет игроку или команде участвовать в игре за грубое нарушение правил или моральных норм спортивной этики.

**Жеребьевка** — способ, помогающий определить, какая из команд может первой начать игру или имеет право выбрать площадку.

**Жест судьи** — движения рук, которыми судья демонстрирует факт нарушения правил или дальнейшее продолжение игры.

**Замена игроков** — ситуация, когда тренер заменяет играющих на площадке одного или нескольких хоккеистов запасными игроками.

**Запасной игрок** — спортсмен, официально внесенный в протокол матча и находящийся в момент игры на скамейке запасных. Он может в любой момент по решению тренера заменить кого-либо из играющих на площадке.

**Защита** — организованные технико-тактические действия игроков, с помощью которых преграждается путь соперникам для взятия ворот.

**Защитник** — игрок, основная функция которого — помешать нападающему команды соперника атаковать ворота и забить гол.

**Линия ворот** — линия шириной между стойками ворот.

**Линия площади ворот** — линия, ограничивающая вратарскую площадку.

**Линия середины поля** — линия шириной 5 см, которая делит хоккейную площадку на две равные части.

**Наколенник** — специальное защитное средство от травм колена.

**Налокотник** — специальное защитное средство от травм локтя.

**Нападение (атака)** — организованные технико-тактические действия игроков с целью забить гол.

**Опорная нога** — во время броска, выставленная вперед нога игрока.

**Ошибка** — неточно выполненное техническое или тактическое действие.

**Передача** мяча/шайбы — технический прием, с помощью которого игроки осуществляют взаимодействие между собой для организации атаки ворот соперника.

**Площадь вратаря** — часть игрового поля, в которой может играть только вратарь. Обозначена полукругом.

**Правила игры** — установленный порядок ведения игры.

**Расписание соревнований** — официальный документ, в котором указываются место и время соревнований. Его утверждает главный судья.

**Свисток судьи (сигнал звуковой)** — оповещает о начале или конце игры, об остановке игры при нарушении правил, о забитом голе.

**Система защиты** — расположение игроков защищающейся команды на площадке.

**Система нападения** — расстановка игроков атакующей команды на площадке. **Скамейка запасных** — скамейка, на которой во время игры находятся игроки команды, не находящиеся в данный момент на игровой площадке, удаленные игроки, готовые выйти на замену, а также официальные представители (тренеры, врач и массажист).

**Судья** — лицо, следящее за соблюдением хоккеистами правил игры во время соревнований и фиксирующее ее результаты.

**Судья-информатор** — судья, информирующий команды и зрителей о составах команд, забитых голах, удалении игроков с поля и т. д.

**Судья-секретарь** — судья, ведущий протокол игры.

**Судья-секундометрист** — судья, фиксирующий время игры и штрафное время.

**Судья у табло** — судья, фиксирующий забитые командами голы. **Тактика игры** — оптимальный способ ведения игры с целью достижения победы, включающий: выбор места, отвлекающие действия, опека противника и т. д.

**Хоккей с шайбой** — это спортивная командная игра на льду, целью в которой является забросить шайбу в ворота соперника большее число раз, чем это сделает команда соперника в установленное время. Шайбу передают от игрока к игроку по ледяному корту специальными хоккейными клюшками. Побеждает команда забросившая большее число шайб в ворота соперника

**Методика оценивания результатов обучающихся  
по учебному предмету «Физическая культура» (модуль «Хоккей»)**

Предметом проверки и оценивания успеваемости по учебному предмету «Физическая культура» является освоение обучающимися учебного модуля «Хоккей» с выделением соответствующих учебных разделов: «Знания по хоккею», «Способы физкультурной деятельности», «Физическое совершенствование». При этом выявляется полнота и глубина знаний теоретических сведений, степень освоения двигательных действий в объеме изучаемых требований, уровень развития физических способностей, результат улучшения личных показателей, выраженных в сантиметрах, метрах, секундах, количестве раз, и выполнение домашних заданий.

При 5-балльной оценке для всех обучающихся установлены общедидактические критерии. Критериями оценки являются единые требования, которые в комплексе объективно отражают индивидуальный уровень знаний, умений, навыков, а также развития двигательных качеств обучающихся на определённом этапе обучения.

*Оценивание знаний* производится в виде устного ответа на поставленный вопрос, развернутого ответа по заданной теме; собеседования; сообщения по избранной теме, устного и письменного тестирования, творческой работы (в т.ч. в паузах между выполнением упражнений, до начала и после выполнения заданий, но данный метод рекомендуется использовать после значительных физических нагрузок) по следующим критериям:

| Оценка/<br>балл | Примерные требования к оценке знаний                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Отлично/5       | - обучающийся демонстрирует глубокие знания, умеет выделять главные положения в изученном материале, логично излагать, делать выводы, устанавливать межпредметные и предметные связи, творчески применять полученные знания в незнакомой ситуации, использовать при ответе дополнительные сведения из области поставленного вопроса. В ответах (письменных) отсутствуют ошибки и недочеты, при устных ответах устраняются отдельные неточности с помощью дополнительных вопросов учителя. |

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Хорошо/4              | - обучающийся демонстрирует знание всего изученного программного материала, выделяет главные положения в изученном материале, на основании фактов и примеров обобщает, устанавливает предметные связи, применяет полученные знания на практике. В ответах имеются незначительные (негрубые) ошибки и недочеты или нарушена определенная последовательность ответа (последнее свойственно при объяснении техники упражнений).                                                                                                 |
| Удовлетворительно/3   | - обучающийся демонстрирует знание и усвоение материала на уровне минимальных требований программы, испытывает затруднение при самостоятельном рассказе, нуждается в необходимости незначительной помощи учителя; затрудняется отвечать на видоизмененные вопросы. В ответах - наличие грубой ошибки, нескольких негрубых ошибок при воспроизведении изученного материала, отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике. |
| Неудовлетворительно/2 | - обучающийся демонстрирует знание и усвоение материала на уровне ниже минимальных требований программы, отдельные представления об изученном материале; отсутствие умения работать на уровне воспроизведения, затруднения при ответах на стандартные вопросы. В ответах - наличие нескольких грубых ошибок, большого числа негрубых при воспроизведении изученного материала или полное незнание изученного материала, отсутствие элементарных умений и навыков.                                                            |
| 1                     | Нет ответа или отказ от ответа                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

*Оценивание освоения раздела «Способы физкультурной деятельности»* производится на основе выявления знаний, умений и навыков, включающих: приобретение опыта организации самостоятельных занятий физической культурой средствами хоккея, соблюдение правил техники безопасности и профилактики травматизма; умение отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки, гигиенические основы образовательной и досуговой двигательной деятельности, соблюдение основ здорового образа жизни. Данный раздел соотносится с теоретическим разделом.

Умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность оценивается методом наблюдения, опроса, анализа правильности практического выполнения индивидуально или фронтально во время любой части урока по следующим критериям:

| Оценка/<br>балл       | Примерные требования к оценке<br>способов физкультурной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Отлично/5             | - обучающийся умеет: организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя гимнастика, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня и т.д.); самостоятельно организовать места занятий физическими упражнениями с учетом требований их безопасности; подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях; наблюдать и осуществлять контроль за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья, показателями развития основных физических качеств, анализировать и оценивать итоги |
| Хорошо/               | - обучающийся умеет то же, что и на оценку «отлично», но выполняет все с незначительной помощью; допускает незначительные ошибки в подборе средств (не менее 75% от общего объема требований)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Удовлетворительно/3   | - обучающийся выполняет не менее 50% от всех видов самостоятельной физкультурно-оздоровительной деятельности, предусмотренных программой, использует помощь учителя, не умеет анализировать и оценивать итоги своей деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Неудовлетворительно/2 | - обучающийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов, представленных в требованиях на оценку «удовлетворительно»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 1                     | -обучающийся не владеет и не мотивирован в осуществлении физкультурной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

Оценивание освоения раздела «Физическое совершенствование» (оценивание двигательных умений и навыков) производится на основе сравнения техники выполнения двигательных действий, упражнений с эталонной. При этом эталон для различных видов движений будет

различаться. Например, в гимнастике наибольшее внимание уделяется амплитуде движения, четкому прохождению всех фаз, точности выполнения движений. В метаниях - дальность и точность полета снаряда. В любом случае движение, близкое к эталонному, максимально эффективно решает двигательную задачу.

При оценке и контроле за формированием двигательных умений и навыков обучающихся, помимо таких средств проверки, как отдельные упражнения, двигательные действия и их элементы, могут быть использованы полосы препятствий или комплексы упражнений и двигательных действий.

Основными методами оценки техники владения двигательными действиями являются методы наблюдения, вызова, упражнений и комбинированный.

Метод открытого наблюдения заключается в том, что обучающиеся знают, кого и что будет оценивать учитель. Скрытое наблюдение состоит в том, что обучающимся известно лишь то, что учитель будет вести наблюдение за определенными видами двигательных действий.

Вызов как оценка используется для выявления достижений отдельных обучающихся в усвоении программного материала и демонстрации классу образцов правильного выполнения двигательного действия.

Метод упражнений предназначен для проверки уровня владения отдельными умениями и навыками, качества выполнения домашних заданий.

Комбинированный метод состоит в том, что учитель одновременно с проверкой знаний оценивает качество освоения техники соответствующих двигательных действий.

Данные методы можно применять как индивидуально, так и фронтально, когда одновременно оценивается большая группа или класс в целом.

Двигательные умения и навыки рекомендуется оценивать по следующим критериям

| Оценка/<br>балл | Примерные требования к оценке двигательных умений и навыков (физическое совершенствование)                                                                                                                           |
|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Отлично/5       | - обучающийся выполняет движение или отдельные его элементы правильно, максимально приближенно к технике эталонного, без ошибок, свободно, четко, уверенно, слитно, с максимальной амплитудой и устойчивым ритмом, с |

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                       | соблюдением всех технических требований, предъявляемых к выполняемому упражнению; понимает назначение движения, может объяснить технику выполнения и продемонстрировать ее в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим обучающимся; уверенно показывает примерный контрольный результат |
| Хорошо/4              | - обучающийся выполняет движение или отдельные его элементы приближенно к эталонному, в соответствии с предъявленными требованиями, слитно, свободно, но при этом было допущено не более двух незначительных ошибок, не влияющих на окончательный результат.                                                                 |
| Удовлетворительно/3   | - обучающийся выполняет движение или отдельные его элементы в основном правильно, но допускает одну грубую или три мелких ошибки, приведшие к искажению техники движения, скованности и общей неуверенности при выполнении; не может выполнить двигательное действие в нестандартных или усложненных условиях                |
| Неудовлетворительно/2 | - обучающийся выполняет движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, нечетко, допускает одну грубую ошибку или число других ошибок более трех (или две грубые ошибки), полностью искажая технику выполнения, в результате чего отсутствует сходство с эталоном. Упражнение не выполнено.                       |
| 1                     | Отказ от выполнения упражнения                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

*Примечание:* При оценке упражнений, не имеющих количественных критериев результативности, используются методы качественной оценки их эффективности, (пример - спортивная гимнастика). В спортивных играх такими критериями являются показатели целевой точности, помехоустойчивости, эффективности техники и т.д.

При проверке и оценивании обучающихся в формировании определённых физических качеств учитываются изменения в их росте за время учебного года, периода обучения, четверти, полугодия, триместра.

В содержание домашних заданий преимущественное место занимают упражнения для развития физических качеств. Проверять домашнее задание следует систематически. Основным критерием оценки успеваемости при

этом является факт улучшения изменяемых показателей за определённый период времени.

Оценивания успеваемости обучающихся, отнесённых к подготовительной медицинской группе, проводится на общих основаниях, за исключением проверки результатов выполнения тех физических упражнений, которые им противопоказаны.

## Приложение 3 <sup>1</sup>

### Контрольно-тестовые упражнения для обучающихся 1-11 классов

#### Контрольные упражнения для обучающихся 1-4 классов

| №   | Контрольные упражнения                                                      |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------|
| 1.  | Сгибание/разгибание рук в упоре лежа, кол-во раз                            |
| 2.  | Подтягивание на перекладине, кол-во раз                                     |
| 3.  | Прыжки в длину с места, см                                                  |
| 4.  | Бег 60 м, сек                                                               |
| 5.  | Бег 300 м, сек                                                              |
| 6.  | Бег на коньках 36 м лицом вперед, сек                                       |
| 7.  | Бег на коньках 36 м спиной вперед, сек                                      |
| 8.  | Челночный бег на коньках 9 х 6 м, сек                                       |
| 9.  | Слаломный бег на коньках без шайбы, сек                                     |
| 10. | Слаломный бег с ведением шайбы, сек                                         |
| 11. | Техника владения клюшкой и шайбой разница времени прохождения тестов 9 и 10 |

#### Контрольные упражнения для обучающихся 5-9 классов

| №  | Контрольные упражнения                     |
|----|--------------------------------------------|
| 1. | Подтягивание на перекладине, кол-во раз    |
| 2. | Прыжки в длину с места, см                 |
| 3. | Тройной прыжок с места, см                 |
| 4. | Поднимание туловища (кол-во раз за 60 сек) |
| 5. | Бег 60 м, сек                              |
| 6. | Бег 300 м, сек                             |
| 7. | Бег 1000 м, мин                            |
| 8. | Бег 2000 м, мин                            |

<sup>1</sup>право педагогических работников на свободу выбора и использования педагогически обоснованных форм, средств, методов обучения и воспитания, а также право на творческую инициативу, разработку и применение авторских программ и методов обучения и воспитания в пределах реализуемой образовательной программы, отдельного учебного предмета, курса, дисциплины (модуля) (п.п.2 и 3 п. 3 ст. 47 ФЗ № 273 от 29.12.2012 г.)

|     |                                                                                |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------|
| 9.  | Бег на коньках 36 м лицом вперед, сек                                          |
| 10. | Бег на коньках 36 м спиной вперед, сек                                         |
| 11. | Челночный бег на коньках 18х12 м, сек                                          |
| 12. | Слаломный бег на коньках без шайбы, сек                                        |
| 13. | Слаломный бег с ведением шайбы, сек                                            |
| 14. | Техника владения клюшкой и шайбой (разница времени прохождения тестов 12 и 13) |
| 15. | Точность бросков шайбы в цель                                                  |

### **Контрольные упражнения для обучающихся 10-11 классов**

| <b>№</b> | <b>Контрольные упражнения</b>                                                  |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------|
| 1.       | Подтягивание на перекладине, кол-во раз                                        |
| 2.       | Прыжки в длину с места, см                                                     |
| 3.       | Тройной прыжок с места, см                                                     |
| 4.       | Поднимание туловища, кол-во раз за 60 сек                                      |
| 5.       | Бег 100 м, сек                                                                 |
| 6.       | Бег 400 м, сек                                                                 |
| 7.       | Бег 1500 м, мин                                                                |
| 8.       | Бег 3000 м, мин                                                                |
| 9.       | Бег на коньках 36 м лицом вперед, сек                                          |
| 10.      | Бег на коньках 36 м спиной вперед, сек                                         |
| 11.      | Челночный бег на коньках 18х12 м, сек                                          |
| 12.      | Слаломный бег на коньках без шайбы, сек                                        |
| 13.      | Слаломный бег с ведением шайбы, сек                                            |
| 14.      | Техника владения клюшкой и шайбой (разница времени прохождения тестов 12 и 13) |
| 15.      | Точность бросков шайбы в цель                                                  |